



# వినియోగ

వినియోగం - వినియోగం

ఫిబ్రవరి 90

₹ 3/-

# వినుదానా

తెలుగు మాన పత్రికకు  
అన్ని స్త్రామాలలోనూ, పట్టణాలలోనూ  
సమర్థవంతులైన ఏజంట్లు కావాలి!

ఏజన్సీ వివరాలకు  
వెంటనే వ్రాయండి.

సర్క్యూలేషన్ మేనేజర్

## వినుదానా

౨, దేశికా రోడ్డు, మైలాపూరు,  
మద్రాసు-600004.





# ధ్యానం

మానవుడు కష్టాలను  
కోరితెచ్చుకుంటాడు



మానవుడు అరిష్టతలములనే కాదు, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యాది గుణాలతో ఉద్దేశించి రోషంతో ఆగ్రహించి అష్టకష్టాలను కోరి తెచ్చిపెట్టుకుంటున్నాడు. మనసులో చెలరేగే భావాల వ్యామోహంలో తికమకలు పడిపోతూ వాస్తవిక జీవిత విధానానికి రాజబాటను వదిలి అడ్డదారిని చూసుకుంటాడు. మందగించిన బుద్ధికి త్రోవనరిగా కనపడక తొట్రుపాటులతో నడుస్తూంటాడు. అరిష్టమైన అత్యవసరంతో శాంతి సాభాగ్యాలను పోగొట్టుకుంటున్నాడు. ద్వేషించినవారిపై మరింత ద్వేషంతో పగపడతాడు. తనతో పోరాడేవారితో ప్రతీకార చర్యకు పూనుకుంటాడు. పగతీర్చుకోడానికి ఉద్యమిస్తాడు.

(మిగతా 5 వ పేజీలో)

## ఇంగ్లీషు ప్రాధాన్యత

ఇంగ్లీషు భాష నేడు ఏదో ఒక ప్రత్యేక జాతి, ఒక ప్రత్యేక దేశం మాట్లాడుకునే భాషకాదు. దీనికి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రాధాన్యత ఏర్పడింది. ప్రపంచంలో నగానికి నగం మంచి జనం మాట్లాడుకునే వ్యావహారిక భాషగా రూపొందింది. ఒక విధంగా చెప్పాలంటే ఇది ఒక అంతర్జాతీయ భాషగా ఏర్పడింది. ఈనాడు బేసిక్ ఇంగ్లీషు అని చెప్పబడే సులభ శైలి సామాన్య ఇంగ్లీషు భాష ప్రపంచంలో సులభంగా అందరికీ అర్థమవుతుంది.

భారతదేశానికి మరియు ఇతర ప్రపంచ దేశాలకు సంబంధాలను పెంపొందించే లింకు అంగ్లేయ భాష. ఈనాడే కాదు, ప్రాచీన కాలంలో కూడా స్వామీ వివేకానందులు వంటి సుప్రసిద్ధ భారతీయ తాత్వికులు మరియు పారమార్థిక పురుషులు భారతదేశపు సంస్కృతిని, గౌరవాన్ని ప్రభావాన్ని అమెరికా, కెనడావంటి దూరదేశాలలో తమ అంగ్లేయ బాషా పటుత్వంతో ప్రకటించారు. స్వాతంత్ర్య పోరాట సమయంలో ఇండియన్ నేషనల్ కాంగ్రెస్ నాయకులు విదేశీపాలకులతో ఇంగ్లీషు భాషలో వాదించి పోరాడారు. నేడు కూడా భారతదేశంలో ఉత్తర, దక్షిణ, తూర్పు మరియు వశ్చిమమున నివసిస్తున్న వివిధ ప్రజల వైజ్ఞానిక మరియు సాంస్కృతిక సమైక్యతకు సహకరిస్తున్నది ఇంగ్లీషు భాష. ప్రస్తుతం హిందీ భాషను మాట్లాడుకునే ప్రజలకు మరియు ఇతర భాషలు మాట్లాడుకునే ప్రజలకు సమైక్యతను కలిగించే గొప్ప లింకుభాష ఇంగ్లీషు భాష.

ఇంగ్లీషు భాషలో అత్యుత్తమమైన వాఙ్మయం

“ప్రజాపాలిత రాజ్యంలో క్రమశిక్షణ,  
సహనము, పరస్పరాభిమానం ముఖ్యం.”

—జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ

సమృద్ధిగా ఉంది. 'నాకు వశమే దేశాలలో' ప్రియమైనదేదైనా ఉంటే ఇంగ్లీషు వండిత ప్రకాండలు, వారి ఇంగ్లీషు వాజ్యాయం' అని ఒకప్పుడు రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ సగర్వంగా చెప్పాడు. భారతీయ సాంప్రదాయ వాజ్యాయంపై ఆంగ్లేయ వాజ్యాయ ప్రభావం చెప్పనలవికాదు. పెల్లీ, మరియు సిగ్నెబర్న్ వంటి మేధావుల



రచనలతో ఠాగూర్ స్ఫూర్తిని కలిగించుకున్నాడు. బంకించంద్ర స్కాట్ వల్ల, శరత్ చంద్ర డికెన్స్ వల్ల, ప్రేమచంద్ హార్డి వల్ల ప్రభావితమయ్యారు.

ఒక్క వాజ్యయాభివృద్ధికే కాదు, వైజ్ఞానిక మరియు సాంకేతిక అధ్యయనాలకు, పరిశోధనలకు ఇంగ్లీషు తప్పనిసరిగా ఉండి తీరవలసిందే. భారతదేశపు యూనివర్సిటీలలో విజ్ఞానశాస్త్ర విషయాల అధ్యయనం ఇంగ్లీషు భాషలోనే కొనసాగాలని యూనివర్సిటీ గ్రాంట్స్ కమిషన్ వారు సిఫారసు చేసారు.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వ్యాపారాభివృద్ధికి వాడుకునే వ్యాపారక భాష ఇంగ్లీషు. ఏటి అన్నిటికంటే మనదేశంలో వ్యాపారరంగంలోను, ఆర్థికరంగంలోను ఇంగ్లీషు భాష వాడకానికి తగినంత ఆధారం ఉంది.

దేశంలో ఇంగ్లీషుభాష హిందీ మరియు ఇతర స్థానిక భాషలప్రగతికి ప్రతికూలంగా

ఉంటుందని చెప్పే విమర్శకులు కొందరు ఉన్నారు. ఇది కేవలం వ్యక్తిగత భ్రమ. దేశంలో ఇంగ్లీషు ఉండడంవల్ల హిందీకి ఎంతో ఉపకరిస్తుంది. ఇంగ్లీషు భాషా సంపర్కంతో ప్రగతి, ప్రవృద్ధి వృద్ధులంగా ఉంటుంది.

ఆధునిక యుగంలో సామ్రాజ్యత్వం నేటి విధానం అనేది గ్రహించాలి. మనం సంకుచితంగా నాలుగు గోడల మధ్య ఉండనక్కర్లేదు. అంత ర్జాతీయ సంస్కృతిని అవగాహన చేసుకోవాలి. మానవ నాగరికతను విస్తరింపజేయాలి. మారుతూన్న ప్రపంచంలో అనుగుణ్యంగా జీవించడానికి జీవితంలో అధ్యాత్మిక విలువను గ్రహించాలి. ఆంగ్లభాషను నేర్చుకోడానికి ఎట్టి దురభిప్రాయం ఉండకూడదు. భారతదేశపు మొట్టమొదటి ప్రధానమంత్రి జవహర్ లాల్ నెహ్రూ 'స్వాతంత్ర్య భారతదేశాభివృద్ధికి గొప్ప సాంస్కృతిక సాంప్రదాయకతగల ఇంగ్లీషు ముఖ్య పాత్రను వహిస్తుంది. ఈ విశ్లేష భాషను మనం నేర్చుకోవాలి. ప్రపంచంలో ఇతర దేశాలతో పరస్పరావగాహనకు ఎంతో తోడ్పడుతుంది' అని చెప్పారు.

అపూర్వ వాజ్యయాభి వృద్ధిపొందిన ఇంగ్లీషును భారతదేశంలో అందరూ నేర్చుకోవాలి. మన దేశంలో దాని భవిష్యత్తు దేదీప్యమానంగా ఉండాలి.

**రోగులకు పద్మాన్ని సూచించే కంప్యూటర్లు**

పక్షిని సామర్థ్య వానకలో ఒక కంప్యూటర్ 90 నిమిషాలకంటే తక్కువ కాలంలో ఒక రోగి అవస్థను పద్మాన్ని సూచిస్తుంది కంప్యూటర్ లక్షణాలను తెలియజేస్తుంది ఇదేమనక కంప్యూటరు రోగులు కూడా విడుదలంది.

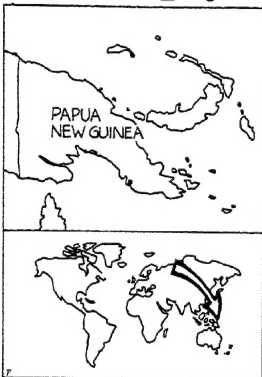
“పాఠశాలలో నేర్చుకునేది విద్యకాదు. నీతో పుట్టి నీతో నశించేది విద్య”

— ఇందిరాగాంధీ

# భూప్రకరణ

## పాపువా న్యూగిని

ప్రపంచంలో గ్రీన్‌లాండ్ తరువాత రెండవ పెద్ద ద్వీపము పశ్చిమ పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో న్యూగిని (New Guinea) ఇది ఆస్ట్రేలియాకి ఉత్తరంగా 160 కి.మీ.ల దూరంలో ఉంది. దీని వైశాల్యం 8,88,150



చ.కి.మీ.లు. 16వ శతాబ్దంలో న్యూగినిని మొదట చూసిన యూరోపియనులు బహుశః పోర్చుగీసు మరియు స్పెయిన్ నావికులే అని చెప్పుకోవాలి ద్వీపంలో పశ్చిమంగా ఉన్న నగభాగాన్ని పశ్చిమ ఇరియాన్ (West Irian) అంటారు ఇది ఇండోనేషియాకు చెందినది. తూర్పు దిక్కుగా ఉండే భాగము పాపువా న్యూగిని మొత్తం 600 చిన్న చిన్న ద్వీపాలు చేరి ఉంటుంది ఇవన్నీ అగ్నిపర్వతాల వల్ల లేక పగడపు దీవుల వల్ల ఏర్పడి ఉండాలి.

4,62,840 చ.కి.మీ.ల వైశాల్యంగల పాపువా న్యూగిని ప్రదేశం అంతా పెద్దపెద్ద పర్వత శ్రేణులతో నిండి ఉంటుంది. తడిగాను,

బురదగాను ఉండే మైదానాలు, చెట్టు మరియు పొదలతో నిండి ఉంటుంది. చాలామటుకు ప్రదేశం దట్టమైన ఉష్ణమండలపు అడవులు అందువల్ల కొన్ని ప్రదేశాలు ఇంకా కనుగొనబడలేదు. ఇక్కడ వాతావరణం తేమగాను, వేడిగాను ఉంటుంది. మొత్తం ఇక్కడి 34 మిలియను జనాభాలో వివిధ జాతులు చేరి ఉంటాయి. వీరంతా వివిధ భాషలు మాట్లాడుకుంటారు. ఇంగ్లీషు అధికార భాష. నల్లగాఉండే మెలనేషియనులు సాధారణంగా తీరప్రదేశాలలో కనిపిస్తారు ఉన్నవంటి జుట్టుగల పాపువాలు లోతట్టులో నివసిస్తారు చైనీయులు, యూరోపియనులు, పాలినేషియనులు ఇక్కడ నివసించే ఇతర మైనారిటీ జాతులు

## ప్రపంచంలో 10 మిక్కిలి దనవంతులలో ఆరుగురు

### జపానీయులు

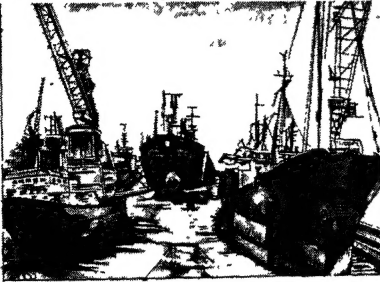
ప్రపంచంలో ఉన్న వరుసగా మిక్కిలి ధనవంతులలో ఆరుగురు జపాను దేశస్థులు. వారు అమెరికను, ఇంగ్లం వెనడియన్ల వలె పక్షిని కొర్రయ్యారే చెందినవారు. ఏమీ రైల్వే గ్రూపుకు చెందిన జపాను దేశపు 55 నందత్తరాల యోషియోకి నుభీను లిఫ్టల్ ప్రభుమడు ఇతడి మొత్తం ధనం వరుస 15 బిలియను డాలర్లు (15,000 మిలియను డాలర్లు) లిఫ్టల్ రెండవవాడు 85 నలల సైకిలితో మోరీ జపానిడ్ గొప్ప ఎస్టేటుస్వంతదానిడు. ఇతడికి ముఖ్యపట్టణమైన టోక్యోలో 72 అపసను భవనాలు ఉన్నాయి.

— రాబర్ట్ ఎన్. మాగ్నెస్ సాక్షులలో

“చైతన్య రూపమైన ఆత్మతత్వముతానై

పరమాత్మగా ఋజువు పరచుకునేది ప్రజ్ఞానం.”

వ్యవసాయమే చాలామందికి ముఖ్య వృత్తి. ఇక్కడ సగ్గుబియ్యము, కందదుంపలు, టూటో, చిలకడదుంపలు, కోకో, కాఫీ, కొబ్బరి, రబ్బరు మొదలైనవి ఎగుమతికి విస్తారంగా పండించబడతాయి. బంగారు, వెండి, మరియు రాగిగనులు చాలా ఉన్నాయి. వీటిని ఇప్పుడు త్రవ్వకున్నారు. నూనె, సహజవాయువుల వనరులు కూడా ఉన్నట్టు తెలుసుకోబడింది.



దీనికి రాజధాని పోర్టు మోర్స్ బై (Port Moresby) చాలా పెద్ద నగరం. సుమారు 1,500,000 మంది క్రైస్తవ మతస్థులు, అర్థ మిలియన్ రోమన్ కథలిక్కులు, మిగిలినవారు ప్రాటస్టెంటులు. రాష్ట్రంలో కినా (Kina) చలామణిలో ఉంటుంది. 'ఓ అరైస్ ఆల్ యు సన్స్' అనేది వీరి జాతీయగీతము.

ఆస్ట్రేలియా, జపాను, యునైటెడ్ స్టేట్స్, పశ్చిమ జర్మనీ, సింగపూరులతో వ్యాపారం కొనసాగిస్తారు. ప్రపంచంలో మూడువంతుల దేశాలన్నీ సభ్యత్వంగల కామన్వెల్త్ లో పాపువా న్యూగినికి సభ్యత్వం ఉంది. రెండవ ఎలిజబెత్ మహారాణి సర్కింగ్ ఫర్డ్ డైబెలా గవర్నర్ సహాయంతో పేరుకు మాత్రమే రాజ్యానికి అధికారి. ప్రభుత్వాధికారి ప్రధానమంత్రి రబ్బీ నామాలియా. యూనికేమెరల్ పార్లమెంట్ ఒకటి ఉంది. దీనిలో 109 సభ్యులు 5 సంవత్సరాలకు ఒకసారి ఎన్నుకోబడతారు.

ఇక్కడ తలసరి ఆదాయం 729 డాలర్లు. గ్రాస్ నేషనల్ ప్రొడక్ట్ (GNP) 2.4 బిలియన్లు డాలర్లు. GNP లో సుమారు 39 శాతం మాంస వ్యాపారము, కలవకొట్టుట, చేపలు, పొగాకు, చిన్నతరహా పరిశ్రమలవల్ల లభిస్తుంది. 22 శాతం ముఖ్యంగా వ్యవసాయము మరియు చేపల పరిశ్రమనుండి లభిస్తుంది.

న్యాయం సమృద్ధికి కావలసినంత శక్తి సామర్థ్యాలు ఉన్నా పాపువా న్యూగిని అనేక ఆహారపదార్థాల దిగుమతిపై ఆధారపడి ఉంది. బాగా పెరిగిన పట్టణ జనాభా, సరిగా లేని రోడ్లు వల్ల బియ్యము, మరియు ఇతర ఆహారపదార్థాలను దిగుమతి చేసుకోవలసి వస్తుంది. దేశం ఆర్థిక సహాయానికి ఆస్ట్రేలియా మరియు న్యూజిలాండ్ మీద ఆధారపడి ఉంది.

## (2 వ పేజీ తరువాయి)

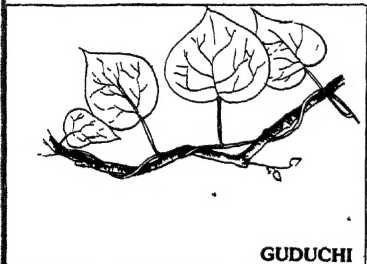
మనస్సులో రాగద్వేషాలు కరుడు కట్టుకు పోయి ఉంటాయి. వాస్తవంగా చంపిన వాడు తనను తానే చంపుకుని ఆత్మహత్య చేసుకుంటున్నాడు. దారికొట్టి దోచుకుని జీవించే చోరుడు తననుతానే దోచు కుంటున్నాడు. అడవిలో వేటాడి చంపుకు తినే క్రూరమృగం వేటాడి చంపబడు తుంది. నిందమోపినవాడు నిందల పాలవుతున్నాడు. దూషించినవాడు దూషింప బడుతున్నాడు. చంపడానికి తీసినకత్తి తననే పొడుస్తుంది. న్యాయహీను డైన న్యాయాధికారి పక్షం వాదించే వారుండరు. ఇదే ప్రకృతి ధర్మము.

“అభిలాష మానవుని పురోభివృద్ధికి ముఖ్యం.”

# గుడుచి

డా. హేమాలక్ష్మణ్

వృక్షశాస్త్రంలో గుడుచిని 'టినోస్పరా కోర్డిఫోలియా' (Tinospora Cordifolia) అంటారు. ఇది ఒక బహువార్షిక మూలికా విశేషము. దీనిని సంస్కృతంలో అమృత, తెలుగులో తిప్పతీగె, హిందీలో గిలాయ్, తమిళంలో అమృదవల్లి, కన్నడంలో అమరదవల్లి, మలయాళంలో అమరవల్లి, మరాఠీలో గూల్ చేల్ అంటారు.



GUDUCHI

ఈ మొక్క సాధారణంగా మామిడి, వేప మొదలైన పెద్ద పెద్ద వృక్షాలమీద ప్రాకు తుంది. విస్తారంగా గాలివేళ్లు (aerial roots) భూమివైపు దిగుతాయి. దీనికాండానికి నన్నగా బూడిదరంగులో తోడుగు ఉంటుంది. దీనిని తీసివేస్తే లోపలకాండం ఆకుపచ్చగా ఉంటుంది. 5 లేక 10 సెం.మీల వ్యాసంగల ఆకులు గుండె ఆకారంలో ఉండి చివరకు నన్నగా మొనదేలి ఉంటాయి. దీని పువ్వులు లేత ఆకుపచ్చని పసుపు వర్ణంలో ఉంటాయి. కాయలు పచ్చివిగా ఉన్నప్పుడు ఆకుపచ్చగా పండినప్పుడు ఎర్రటి ఎరుపుగా ఉంటాయి. గుడుచి వ్రేళ్లు, కాడ ముఖ్యంగా ఔషధాలకు ఉపయోగపడతాయి. సాధారణంగా వేసవికాలంలో వీటిని సేకరించి తరువాత అవసరమైనప్పుడు-

ఉపయోగించుకోడానికి భద్రపరుస్తారు. కానీ ఇది వచ్చగా ఉన్నప్పుడే దీని ఔషధ విలువ అధికంగా ఉంటుంది. గుడుచి కషాయం అనేక ఔషధాలలో ఉపయోగిస్తారు.

అనేక చర్మరోగాల పైపూతలకు, నొప్పుల నివారణకు దీనిని అధికంగా వాడతారు దాహాన్ని కడుతుంది. వాంతులు తగ్గుతాయి. ఆకలిని పుట్టిస్తుంది. మంచి జీర్ణకారి. కడుపులో చేరిన గాలిని పోగొడుతుంది. అధిక అస్థుముల వల్ల కలిగిన కడుపులో పుళ్ళను మాన్పుతుంది.

ఇది గుండె బలానికి మంచి టూనిక్. రక్తాన్ని శుభ్రపరచి రక్తపుష్టిని, వీర్యవృద్ధిని కలిగిస్తుంది. మూత్రపిండాలమీద పనిచేస్తుంది. మధుమేహానికి మంచి ఔషధంగా వాడతారు. చర్మసంబంధమైన వివిధ రోగాలకు గుగ్గులు, తిప్పతీగె, వేపచిగుళ్లు, పసుపు, తుమ్మబెరడు, ఉసిరి నమపాళ్లలో కలిపి కషాయంచేసి త్రాగిస్తారు. విడిచి విడిచి వచ్చే జ్వరాలకు తిప్పతీగె బెరడు, చూర్ణముగానీ, పచ్చి గుడుచితో తయారుచేసిన కషాయంగాని ఇస్తారు. చేదు పొట్ట, వేపచెక్క, నేలములగ, కొడిసెవిత్తులు, తిప్పతీగె నమభాగాలలో కషాయంకాచి తేనె కలిపి పుచ్చుకుంటే పురాణ జ్వరాలు నిశ్శం సయంగా హరిస్తాయి.

క్షయ రోగాలకు గుడుచిని మించిన మూలిక మరొకటి లేదు. కరక, తాడి, ఉసిరిగ, తిప్పతీగె, నన్నరాష్ట్రము, వాయువిశంగాలు, సొంతి, పిప్పిలి, మిరియాలు నమభాగాలుగా చూర్ణముచేసి నమంగా చక్కెర కలిపి పూటకు అరతులం చొప్పున ఉదయం,

(మిగతా 9 ప. పేజీలో).

“గతకాలపు పరాజయాలు భవికాలపు దీగ్విజయాన్ని రూపొందిస్తాయి.”

# మీ విజ్ఞానం పరీక్షించుకోండి

## క్విజ్

- 1 'యునైటెడ్ నేషన్స్ డే' ప్రతి సంవత్సరం జరుపుకునే దినం.  
(ఎ) 30 అక్టోబరు, (బి) 14 నవంబరు, (సి) 24 అక్టోబరు, (డి) 6 జూన్.
- 2 భారతదేశపు ఏ స్త్రీలో ప్లాంటులో 'స్టైయిన్ లెస్' స్త్రీలోను ఉత్పత్తి చేస్తారు?  
(ఎ) భిలాయ్, (బి) దుర్గాపూరు, (సి) సేలం, (డి) బొకారో.



- 3 సంస్కృతంలో పంచతంత్రం రచించినది ఎవరు?  
(ఎ) భవభూతి, (బి) జయ్ దేవ్, (సి) విష్ణుశర్మ, (డి) భరతముని
- 4 'మోహిని ఆట్టం' ఏ రాష్ట్రానికి చెందిన సాంప్రదాయక నృత్యము?  
(ఎ) ఒరిస్సా, (బి) మణిపూర్, (సి) ఆంధ్ర ప్రదేశ్, (డి) కేరళ
- 5 తమిళ రామాయణం రచించినది ఎవరు?  
(ఎ) ఆండాళ్, (బి) జయంకొండాన్, (సి) కంబన్, (డి) రామానుజులు
- 6 జయపూర్ దగ్గర డామన్ జ్యోతిలోగల

అసియాలో మిక్కిలి పెద్ద 'అల్యూమినా కాంప్లెక్స్' ఏ రాష్ట్రంలో ఉంది?

- (ఎ) రాజస్థాన్, (బి) మధ్యప్రదేశ్, (సి) ఆంధ్రప్రదేశ్, (డి) ఒరిస్సా.
- 7 ఈ క్రిందివారిలో ఎవరెస్ట్ శిఖరాన్ని అధిరోపించిన మొదటి మహిళ ఎవరు?  
(ఎ) మాడమ్ ఫాంటాంగ్ ఫెన్టాంగ్, (బి) (Mrs) జుంకో తేబీ, (సి) (Mrs) వాండా రుత్ కీవిక్, (డి) (Mrs) తకాపీ ఒసాకీ.
  - 8 గాంధీజీ సూచించిన ప్రకారం - స్వంత ఆస్తి  
(ఎ) ఉండాలి కానీ దానికి సీలింగ్ అవసరము,

## విస్మయ పాతకాటెలు

మార్చి '82, జూన్ '82, డిసెంబరు '82, ఫిబ్రవరి '83, మార్చి '84, మే '84, జూన్ '84, అగస్టు '84, సెప్టెంబరు '84, జనవరి '85, మార్చి '85, మే '85, అగస్టు '85, అక్టోబరు '85, అనవరి '86, సెప్టెంబరు '86, జనవరి '87, ఫిబ్రవరి '87, జనవరి '88, సెప్టెంబరు '88, జనవరి '89, సెప్టెంబరు '89, కాపీలు మాసపత్ర ఉన్నవి. 1982 కాపీల వెల రూ. 2.50 లు. 1983 కాపీల వెల రూ. 0.75 లు. 1984 కాపీల వెల రూ. 8.75 లు. 1985 కాపీల వెల రూ. 10.25 లు. 1986 కాపీల వెల రూ. 18.25 లు. 1987 కాపీల వెల రూ. 19.00 లు. 1988 కాపీల వెల రూ. 20.25 లు. 1989 కాపీల వెల రూ. 12.00. రిజిస్టర్ లోన్లలో బాండ్లదానికి కాపీల వెల రూ. 5.00 లు. చేర్చు M.O. పంపాలి— పత్రా ఎడెస్ '89 దేశకర్తవ్య మైలాపూరు మద్రాసు - 600 004.

—వర్క్యూటివ్ మేనేజర్

"ధ్యాన విజ్ఞాన రహితమైన క్రియ నిర్లంఘ కుసుమము వంటిది."

(బి) ప్రభుత్వము వారు దీనిని తీసుకుని సరిసమానంగా పంచాలి, (సి) నిర్మూలించ బడాలి, (డి) ఉండాలి కానీ స్వంతదారులు లోకం శ్రేయస్సు కోసం ప్రస్తీలుగా ఉంటూ దీనిని ఉపయోగించాలి.

## తెలివికి పరీక్ష

1. ఈ క్రింద సూచించబడిన సంఖ్యలలో ఏ ఏ మూడు వరుస సంఖ్యలు కలిపితే 15 మొత్తం వస్తుందో సూచించండి: 31415926 5258357979
2. వరమాశ్రమమైన వరబ్రహ్మమునకు ప్రతీక ఏమిటి?
3. ఆరు పొలాల దున్నడానికి ఆరుమందికి ఆరురోజులు పడితే ఒక పొలాన్ని దున్నడానికి ఒక మనిషికి ఎన్ని రోజులు పడుతుంది?
4. ఎవరిని సాధారణంగా నోరు తెరుచుకుని చూస్తూ కూర్చుంటారు?
5. దేశం కాని దేశం ఏది?
6. బౌద్ధ మతానికి త్రిపిటకములు, క్రైస్తవ మతానికి బైబిల్ లోని పాతక్రొత్త నిబంధనలు మూల పీఠ గ్రంథాలు అయితే హిందూమతానికి అటువంటివి ఏవి? అవి ఎన్ని?

## మాటల మహిమ

1. దిగమ్రెంగు : నమలకుండా గొంతు దిగు నట్లు మ్రెంగుట (ఎ), అపహరించు (బి), త్యజించు (సి), విడిచిపెట్టు (డి).
2. తోపు : వ్యక్తమగుట (ఎ), వుట్టు (బి), తోట (సి), ముదురు ఎరుపు (డి).
3. నలుపు : అందము (ఎ), శక్తి కలది (బి), అనురాగము (సి), చిన్నముక్క (డి).
4. నులి : చిక్కు (ఎ), చిన్నది (బి), మెలి

(సి), అల్పము (డి).

5. వీనము : పదహారవ భాగము (ఎ), వెలితి (బి), మిక్కిలి తక్కువ భాగము (సి), కొరతపడు (డి).
6. వేగు : తెల్లవారు (ఎ), వుట్టు (బి), బాధపడు (సి), తొందర (డి).
7. వరుస : బంధుత్వము (ఎ), క్రమము (బి), తుల్యత (సి), చిక్కు (డి).
8. వగవు : దుఃఖము (ఎ), శోకము (బి), కీడు (సి), విలాసము (డి).

(జవాబులకు వపేజీ చూడండి)

## సూర్యరశ్మి కండ్లకు ఆరోగ్యదాయకము



సూర్యుని కిరణాల కండ్లకు అధిదేవత సూర్యుని భగవానుడు ఆరోగ్యము, బలము, చేతనత్వము అందజేస్తాడు. ప్రతిరోజూ ఉదయం సాయంత్రం కళ్ళమునుకుని సూర్యుని ఎండ తగిలేటట్లు కూర్చుని మెల్లగా తల తిప్పుకొంటుంటే మరొకప్పుడు త్రవ్వ చదివిపోలెపోతు ఎండ పరగాయినా సరే కండ్లకు తగిలేటట్లు రమ్యమవుతుంది.

తదుపరి మీ ప్రదేశంలోని వాళ్ళ అందరినీ విడుదలచేయండి. ఆరవకుండా మూడు కంటే గ్రహకు ఒత్తిడి తగలనియ్యటం చేకరించుకోవాలి. పూరించుకుంటే కంటే అధిక అవసరం ఉండదు. అధిమం ఒక నెలరోజులపాటు తలపడగా వలెనవు.

“ప్రాముకంజే ప్రమాదమైనవాడు కొండెగాడు.

ప్రామువివరిని కరిస్తే వారి ప్రాణాలు పోతాయి, కానీ

కొండెగాడు ఒకరి చెవికొరికితే ఇంకొకరి ప్రాణాలు పోతాయి.”

## డా॥ మోక్షగుండం విశ్వేశ్వరయ్య

ఇప్పుడు కర్ణాటకలో ఒక భాగమైన మైసూరుకు చెందిన సుప్రసిద్ధ ఇంజనీరు, రాజకీయ వేత్త డా. మోక్షగుండం విశ్వేశ్వరయ్య. వివిధ జీవన రంగాలలో తన విశిష్ట ప్రతిభను ప్రదర్శించిన శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య ఆధునిక భారత



నిర్మాతలలో ఒకరు. మైసూరుకు చెందిన కోలార్ జిల్లాలో 'ముద్దన హల్లి' అనే చిన్న గ్రామంలో 1861 సెప్టెంబరు 15 వ తేదీన శ్రీవిశ్వేశ్వరయ్య జన్మించారు. బాల్యంలో తలిదండ్రులు శ్రీ శ్రీనివాస శాస్త్రి మరియు శ్రీమతి వెంకటమ్మ వీరి జ్ఞానాభివృద్ధికి ఎంతో సహకరించారు.

మేనమామ రామయ్యగారు వీరి విద్యాభివృద్ధికి మిక్కిలి సహాయం చేసారు. బెంగళూరులో ఉన్నత విద్యను అభ్యసించారు. విద్యార్థిగా ఉంటూన్నప్పుడు అవసరమైన ధన సహాయం లేక అనేక చిక్కులను అనుభవించారు. కొంత మంది పిల్లలకు ప్రైవేట్ ట్యూషన్ చెప్పితన ఖర్చులకు కావలసిన ధనాన్ని సంపాదించేవారు.

కళాశాలలో చదువుకుంటూన్న రోజులలోనే

బ్రిటిష్ ప్రెసిడెంట్ చార్లెస్ వాటర్స్ దృష్టిని వీరు ఆకర్షించారు. వీరి నిష్ట సమయపాలన ఆ ప్రెసిడెంట్ మెంబరును పొందాయి. 1880లో శ్రీవిశ్వేశ్వరయ్య డిస్టింక్షన్తో బి.ఎ. పరీక్షలో పాసయ్యారు. తరువాత 1881-1883లో సంవత్సరాల మధ్య పూనే (మహారాష్ట్ర)లో 'ది కాలేజ్ ఆఫ్ సైన్స్'లో ఇంజనీరింగ్ చదివారు. ఇంజనీరింగ్ పరీక్షలో పాసయిన వారిలో వీరు ప్రథమస్థానాన్ని పొందారు.

శ్రీవిశ్వేశ్వరయ్య తన 23వ ఏట బొంబాయిలో పబ్లిక్ వర్క్స్ డిపార్ట్మెంట్లో అసిస్టెంట్ ఇంజనీరుగా ఉద్యోగంలో చేరారు. 1908లో సూపరింటెండింగ్ ఇంజనీర్ అయ్యారు. ఆరోజు లలో ఇంజనీరింగ్ శాఖలో భారతీయుడు పొందదగిన అత్యున్నత పదవి అది. అనేక నీటిపనరుల కార్యక్రమాలను, పథకాలను రూపొందిస్తూ వాటిని అమలు పరుస్తూ అనేక ప్రాంతాలలో పనిచేసారు ఇప్పుడు పాకిస్థాన్లో ఉన్న సింఘ్లో సుక్కూర్ నీటి సరఫరా పథకాన్ని 1893లో పూర్తిచేశారు. పూనాలో 1901-1903లో డామ్ తలుపులు తమంతట కామే తెరుచుకొని పనిచేసే పద్ధతిని ప్రవేశపెట్టారు.

( 6 వ పేజీ తరువాయి )

సాయంకాలం తీసుకుంటే క్షయ నివారణ మవుతుంది.

దంతక్షయ నివారణకీ, టాస్టిల్స్కీ, కీళ్లనొప్పుల బాధ నివారణకీ గుడూచి మంచి ఔషధం. అనేక విధాలైన లివరు రోగాలకు, కామెర్లు, మూత్రసంబంధమైన రోగాలు, గనేరియా వంటి రోగాలకు కూడా గుడూచి ఉపయోగపడుతుంది.

“గొప్పతనంవల్ల తృప్తి కలుగుతుంది,  
మంచితనంవల్ల తృప్తి తీరుతుంది”



పంటచేలకు సామర్థ్యవంతంగా నీరు కట్టడానికి అనువుగా బ్లాక్ పద్ధతి నీటిపారుదల విధానాన్ని బొంబాయిలో రూపొందించారు. బొంబాయి అంతా ఆ పద్ధతిని అనుసరించి మంచి ఫలితాలను లాభాలను సాధించింది. తరువాత వీరు మైసూరు సంస్థానం దివానుగా ఉంటూన్న రోజులలో వాణి విలాస్ సాగర్ ఆనకట్టక్రింద ఉన్న భూములలో కూడా బ్లాక్ పద్ధతి ప్రవేశపెట్టారు. ఈ నీటి పారుదల పథకం క్రింద ఎంతో భూమి సాగులోకి వచ్చింది.

నీటి సరఫరా పథకాలు తయారు చేయుటలో మంచి నిపుణులు శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య ఆనాడు సెక్రటరీ ఆఫ్ స్టేట్ ఫర్ ఇండియా అయిన మోర్గీ వీరిని సమర్థుడైన ఇంజనీరుగా గ్రహించి అరేబియన్ డీవలప్మెంట్ ని ట్రెన్స్ ఫర్ నీటిపారుదల సరఫరా పథకాలను తయారు చేసే పనిని వారికి పురమాయించారు.

వరదల వల్ల తమ సంస్థానంలో ఏర్పడు తూన్న విపరీత నష్టాన్ని ఎదుర్కునే ఉపాయం సూచించమని 1909లో హైదరాబాదు నిజాం నవాబు శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్యను అహ్మదాబాద్ హైదరాబాద్ సగరం మధ్య ప్రదేశంలో ప్రవహిస్తూన్న మూసీనదికి 1908లో అనుకోకుండా అకస్మాత్తుగా వరదలు వచ్చి గట్టు తెగి విస్తృత ప్రాంతాలకు అపారమైన నష్టం ఏర్పడింది.

శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య సూచనను అనుసరించి హైదరాబాదుకి 24కి.మీ.లు దూరంలో ఉన్నా సాగర్, హిమాయత్ సాగర్ అనే రెండు రిజర్వాయర్లు కట్టించడానికి, ఇంకా ఇతర భద్రతా చర్యలు తీసుకోవడానికి పూనుకోవడం జరిగింది. ఒకప్పుడు ఉధృతంగా వరదలు వచ్చే మూసీ ఇప్పుడు హైదరాబాద్లో ప్రశాంతంగా గట్టు తెగిపోకుండా ప్రవహిస్తూంది.

తన 41వ ఏట శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య మైసూరు సంస్థానానికి చీఫ్ ఇంజనీరు అయ్యారు. వీరు జీవితంలో మిక్కిలి ఎలువైన కాలాన్ని కన్నంబాడి పద్ధతాకారే నడిచి అద్భుతంగా ఒక డామ్ కట్టి నీటిపారుదలకు విద్యుచ్ఛక్తి సరఫరాకు ఉపయోగించే ఒక పెద్ద రిజర్వాయరును నిర్మించడంలో వెచ్చించారు. అదే ఈనాటి కృష్ణరాజసాగర్ డామ్. వారి భావనాశక్తికి ఇది ఒక ప్రత్యక్ష నిదర్శనం.

శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య 1912లో మైసూరు సంస్థానానికి దివాను అయ్యారు. జీవితంలో వివిధ రంగాలలో అనేక పరిశ్రమలకు సాధన సదుపాయాలు కల్పించారు. వీరు నిర్బంధ ప్రాథమిక విద్యను ప్రవేశపెట్టారు సాంకేతిక, పారిశ్రామిక పాఠశాలలను ఏర్పరచారు.

## ప్రపంచపు టెన్నిస్ ఆటలో మిక్కిలి గౌరవప్రదం



ప్రపంచపు టెన్నిస్ ఆటలో మిక్కిలి గౌరవప్రదమైనది వింబుల్డన్ టోర్నమెంట్. ఇది మొట్టమొదట 1877 లో ప్రారంభింపబడింది. ఈ టోర్నమెంట్ ఆలో ఇంగ్లండ్ టెన్నిస్ క్రీడకారే విదగ్ధ హింపబడుతుంది.

“గొప్పతనంపై ప్రలోభం నశించినవారికి తప్ప మంచితనం యొక్క మౌఖ్యం చేజిక్కుదు.”

చురుకైన విద్యార్థులకు స్కాలర్‌షిప్‌లు ఇచ్చి ఉన్నత సాంకేతిక విద్యాభ్యాసానికి సహాయ పడి వారిని విదేశాలకు పంపే ఏర్పాట్లు కూడా చేసారు.

క్రొత్త పరిశ్రమలలో కుటీర పరిశ్రమగా పట్టు పరిశ్రమ, బెంగళూరు, మైసూరులలో చందనపు నూనె ఫ్యాక్రీలు, సుప్రసిద్ధమైన మైసూర్ శాండల్ సబ్బును తయారు చేసే 'గవర్న మెంట్ సోప్ ఫ్యాక్రీ' ముఖ్యంగా చెప్పుకోదగ్గవి. మైసూరు విశ్వవిద్యాలయం స్థాపించడానికి శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య ప్రధాన పాత్ర వహించారు. వీరు ప్రవేశ పెట్టిన గ్రామీణ పరిశ్రమలు గ్రామ ప్రాంతాలలో ఉద్యోగావకాశాలను పెంపొందించాయి. వివిధ జిల్లాలలో పర్యటించి ఇన్‌స్పెక్టర్ చేసే విధానం వీరు మొట్టమొదట ప్రారంభించారు.

శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య చేపట్టిన సంస్థలలో ముఖ్యంగా చెప్పకోదగినవి భద్రావతి ఐరన్ వర్క్స్. 1923లో వీరు రిలైర్ అయిన తరువాత ఆ సంస్థ నిర్వహణ భాద్యతను చేపట్టి 1929 వరకు దానికి చైర్మన్‌గా ఉన్నారు. ఉత్పాదన విధానంలో నూతన పద్ధతులు ప్రవేశపెట్టారు. వారి హయాంలో దాని ఉత్పాదన వ్యయం 50 శాతం తగ్గింది. భద్రావతిలో ఉత్పత్తి అయిన పస్తువులను అమెరికన్ మార్కెట్లలో పోటీ రేట్లకు విక్రయించగలిగారంటే అందులో ఎంతమాత్రం ఆశ్చర్యంలేదు.

విద్య మరియు ఆర్థిక సంబంధమైన అనేక సంస్థల కమిటీలలో కూడా వీరు సభ్యులుగా ఉన్నారు. నీటిపారుదల, నీటిసరఫరాలను గురించిన సమస్యల విషయంలో ఉన్నత స్థాయి సలహా సంప్రదింపులకు ఇండియా అంతటి నుంచి వీరికి అహ్వానాలు వచ్చేవి. మనదేశం ఆర్థిక రంగంలో వీరి భావనా శక్తి వలననే ఆలో ఇండియా మాన్యుఫ్యాక్చరర్స్

అసోసియేషన్ కీలకమైనది. వీరికి సైన్స్ అంతు చాలా అభిలాష.

బెంగళూరు ఇండియన్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్‌లో అనేక పదవులను అధిష్టించారు. ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో అనేక క్రొత్తకొత్త డిపార్ట్‌మెంట్‌లను సృష్టించారు.

ప్లానింగ్‌ని గురించి ఎవ్వరూ ఆలోచించని ఆరోజులలో 1930-40 సంవత్సరాల మధ్య ఇండియాలో ప్రజాశీకలను అనుసరించి ఆర్థిక పునర్నిర్మాణం జరిగేందుకు ఒక నమూనా పథకాన్ని రూపొందించారు. 1934లో క్రమ బద్ధమైన ప్రగతిసాధన విధానాన్ని నూచిస్తూ ఒక గ్రంథాన్ని ప్రచురించారు. 'రికన్‌స్ట్రక్షన్ ఇండియా' అనే మరో గ్రంథంలో ప్రగాఢమైన వీరి భావాలు, నిర్మాణాత్మకమైన నూతనలు పొందుపరచబడ్డాయి.

(మిగతా 57 వ పేజీలో)

## జపాన్‌లో 36.2 శాతం మహిళలు ఉద్యోగాలు చేస్తారు



ఇప్పుడు జపాన్‌లో 36.2 శాతం మహిళలు ఉద్యోగాలు చేస్తున్నారు. అత్యధికంగా 4.75 మిలియను మహిళలు ఆఫీసులలోను, 4.35 మిలియను మంది ఉత్పాదక సంస్థలలోను, హోటళ్లు మరియు ఇతర సంస్థలలో 4.32 మిలియనుమంది ఉన్నారు.

“మంచి తనమునకై తపస్సు చేయువారికి పరిపూర్ణమైన సుఖశాంతులు లభిస్తాయి.”

# బంగాళాదుంప

అనేక దేశాలలో బంగాళాదుంప లేక ఉర్ల గడ్డ అహారపదార్థాలలో ముఖ్యమైన దినుసు. గోధుమ, వరి, జొన్న బార్లీ తరువాత బంగాళాదుంప ఒక్కటే ఎక్కువగా పండించేవంటుంది. అనేక పోషకాంశాలు కలిగిన బంగాళాదుంప విస్తారంగా పండించబడుతుండటంవల్ల ఇది



ప్రపంచంలో పెరిగిపోతున్న జనాభాకు అహారపు కొరతను తీర్చడానికి చేపట్టిన తీవ్ర ప్రయత్నాలకు ఎంతో సహకరిస్తుంది. పండించబడుతున్న వైశాల్య ప్రమాణాన్ని బట్టి బంగాళాదుంప తరువాత సోయాబిక్కుడు వల్ల మనకు అధికంగా ప్రోటీనులు లభిస్తున్నాయి.

కార్టోహైడ్రేటు అహారపదార్థంగా వరిగ జీంచబడ్డ బంగాళాదుంపలో అత్యధికంగా పిండిపదార్థాలు ఉండవు. ముఖ్యంగా ప్రోటీనులు, విటమినులు, ఇతర కార్బోహైడ్రేట్ పదార్థాలలో లభించని ఖనిజాలు దీంట్లో లభిస్తాయి. ఇతర అహార పదార్థాలలో కంటే ఇందులో వివిధ ఖనిజాల పాళ్లు సమతుల్యంలో ఉంటాయి.

సొలనెసె (Solianaceae) కుటుంబానికి చెందిన బంగాళాదుంప ఆదిమస్థానము అమెరికా ఖ. డము. సుమారు 2000 జాతు

లలో సొలనెసె ట్యూబర్నోసమ్ జాతికి చెందినది బంగాళా దుంప, తొమాటో, పొగాకు, ఎగ్గప్రూట్.

దక్షిణ అమెరికాలో, పెరూ మరియు బొలివియాలోని ఆండ్సన్ వర్తకప్రదేశాలలోను ఇది వుట్టింది. దక్షిణ ఆఫ్రికాలో నివసించే పెరూజాతులు 2000 సంవత్సరాలకు పూర్వం స్పానిష్ దాడికి ముందు దీనిని విస్తారంగా పండించేవారు. కొలంబస్ వచ్చేవరకు బంగాళాదుంప దక్షిణ అమెరికాలో తప్ప ఇతర దేశాలలో పండించబడేది కాదు. తరువాత యూరప్ మరియు బ్రిటిష్ దీవులలో ప్రవేశించింది. సుమారు ఒక శతాబ్దం ముందు ఇది ఇండియాలో ప్రవేశించింది. ప్రపంచంలో అన్ని దేశాలలోను, అన్ని నేలలలోను వివిధ పరిస్థితులలో బంగాళాదుంప పెరుగుతుంది. చల్లని వాతావరణం, సరైన ఆర్ద్రతగల బలమైన మరియు తేలిక గరువు భూములలో బంగాళాదుంప బాగా ఎదిగి మంచి ఫలసాయాన్ని ఇస్తుంది,

బంగాళాదుంప మూడు లేక నాలుగు మాసాలపాటు పెరుగుతుంది. బంగాళాదుంపకు వ్రేళ్లు బాగా పెరగవు. ఎక్కువ నీరు నిలవ ఉండని ప్రదేశాలలోను, బంక మట్టి నేలలోను ఇది బాగా పెరుగుతుంది.

## ధ్యానరహితమైన హృదయం

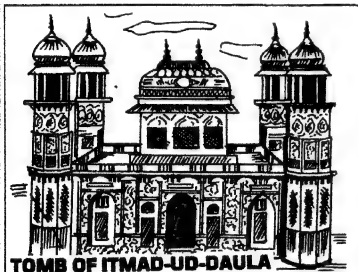
అధ్యాత్మిక చింతన లేనివాడు ఎదేవాలయం ప్రవేశించలేడు. కల్పవృక్షాదయంతో ధ్యానం చేయకుండా ఉండటం ఎంతో మేలు దాతృత్వ బుద్ధి లేని ధనికుని కంటే ఉదారబుద్ధిగల నిరుపేద ఉత్తముడు.

“కార్యసాధనకు అత్యవిశ్వాసమే ప్రథమసాధనము.”

# మన రాష్ట్రాలు

## ఆగ్రా

ఫిబ్రవరి 204 కి.మీ.ల దూరంలో ఉత్తర ప్రదేశ్ లో జమునానది గట్టుపైన ఆగ్రా ఉంది. ప్రాచీనకాలంలో సుమారు 1131 A.D.లో క్రూరుడైన గజనీ మహమ్మదు దానిని మంట పెట్టునంతవరకు ఇచ్చట రాజపుత్ర వీరులు నివసించారు. మూడువందల సంవత్సరాల తరువాత ఆఫ్ఘన్ సుల్తాను సికిందర్ షాహీ ఆగ్రాను తన రాజ్యానికి ముఖ్యపట్టణంగా చేసుకున్నాడు.

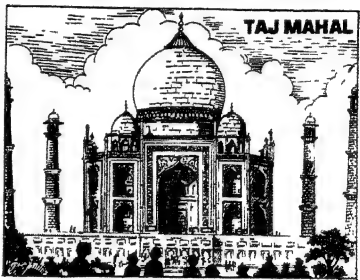


TOMB OF ITMAD-UD-DAULA

మొగలాయి వంశస్థావకుడైన బాబరు కాలంనుంచి ఆగ్రా మొగలాయిల ముఖ్య పట్టణంగా విరాజిల్లింది. మధ్య ఆసియాలో బాబర్ మిక్కిలి అభిలషించిన సమర్థుడేకు ప్రతిరూపముగా అనేక అందమైన వనములు, చెరువులు నిర్మించి ఆగ్రాను ఒక సుందరమైన నగరంగా రూపొందించాడు. ఇతడు ఆగ్రాలో తన 'వనభవనం'లో డిసెంబరు 26, 1530 లో మరణించాడు. మొగలు చక్రవర్తులలో ప్రముఖుడైన అక్బరు చాలాకాలంపాటు ఆగ్రాలో నివసించాడు. ఇతడు అనేక పెద్ద పెద్ద భవనాలను, ఒక కోటను కూడా ఇక్కడ నిర్మించాడు. ఇతడి మనుమడైన షాజహాన్ ఆగ్రాలో ప్రవంచపు 7 వింతలలో ఒకటైన,

తాజ్ మహల్ పాలరాతి భవనాన్ని కట్టించాడు.

ఆగ్రాలో ప్రకృతి రమణీయమైన కొండల మధ్య పెర్ల్ మాస్క్ మిక్కిలి అందమైనది. కానీ తాజ్ మహల్ ముందు దీని అందం క్షీణించిపోతుంది. షాజహాన్ రూపవతైన తన భార్య ముంతాజ్ మహల్ జ్ఞానకార్థం దీన్ని నిర్మించాడు. నాలుగుకోట్ల రూపాయల ఖర్చుతో దీనిని నిర్మించుటకు ఇరవై సంవత్సరాలు



TAJ MAHAL

వట్టింది. ఇచ్చట బ్రహ్మాండమైన డోముక్రింద భార్య భర్తల సమాధులు ఒకదానిప్రక్క మరొకటి ఉంటాయి. చుట్టూ చిన్న చిన్న రంధ్రములు గల పాలరాతిగోడ కట్టబడింది. ప్రవంచంలో పర్షియా, టర్కీ, ఫ్రాన్స్ మరియు ఇటలీ మొదలైన ప్రదేశాలనుండి శిల్ప వైష్ణవులను ఆహ్వానించి చక్రవర్తి దీనిని నిర్మించాడు.

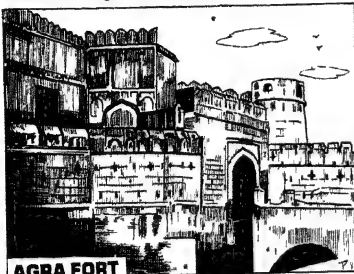
ఆగ్రాలో మరియొక అద్భుతమైన నిర్మాణం జహంగీరు చక్రవర్తిని మోహించిన సూరజ్ నా తండ్రి ఇట్మాడ్-ఉద్-దౌలా సమాధి. పారదర్శక మైన చలువరాతితో చికాన్ కళతో ఈ భవనం ఉట్టిపడుతుంటుంది.

ఆగ్రాకు 8 కి.మీ.ల దూరంలో సికంద్రాలో అక్బరు చక్రవర్తి సమాధి అనేక అంతస్తులు

“పుణ్యరథాలు చెయకపోయినా”

చాపరథాలు చెయవలసిందే ఉండటం మేలు.”

గల బ్రహ్మాండమైన కట్టడం, ఎరువురంగుగల ఇసుకరాయి మరియు తెల్లని చలువరాతితో దీని నిర్మాణం జరిగింది. ఈ సమాధికి ఒక గోడమీద దేవుని 99 పేర్లు చెక్కబడ్డాయి.



AGRA FORT

అగ్రాలో మరియొక పెద్ద భవనము అక్కరు నిర్మించిన రాజకోట. దీనికి తరువాత షాజహాన్ అనేక మార్పులు చేర్పులు చేసి అభివృద్ధి కల్పించాడు. కోటగోడలు మొత్తం చుట్టుకొలత 2.4 కి.మీ.లు. కోటలో ఢిల్లీగేటు, అమరసింగ్ గేటు, గజిని గేటు మొదలైన గేటులు, జహంగీరు మహల్, అక్బర్ మహల్, శేవమహల్ వంటి మహల్లు, భూగర్భ భవనం, పాలరాతి సింహాసనము, అంతఃపురము సభాదేవికలు అనేకం ఉంటాయి. అక్కరు కట్టించిన చక్రవర్తిస్నానమందిరంలో ఒక దీపం వెలిగిస్తే అగ్రాల గోడనుండి వెలాది దీపాలు వెలుగుతూన్నట్లు కనిపిస్తాయి. షాజహాను నిర్మించిన పెర్ల్ మాస్క్ మరియొక సుందరమైన భవనము. న్యచ్చమైన పాల రాతితో నిర్మించబడిన అపురూపమైన మాస్క్ ప్రపంచంలో ఇదొక్కటే.

అగ్రాకు 36.8 కి.మీ.ల దూరంలో అక్కరు చక్రవర్తి రాజధానిగా నిర్మించిన 'ఫతేపూర్ సిక్రీ' (విజయనగరము) ఈనాడు శిథిలమైన ఇసుక రాతి ప్రదేశంగా ఉంది. ఇచ్చట ఒక కోట, రాజభవనాలు, మాస్కులు ఉన్నాయి. అక్కరు

14 సంవత్సరాల తరువాత నీటిసాకార్యం లేక దీనిని వదిలినట్లు చరిత్ర చాటుతుంది.

అగ్రాలో ప్రజలు సాంప్రదాయకమైన హస్తకళా నైపుణ్యాన్ని అనేక సంవత్సరాలనుండి కాపాడు కుంటున్నారు. వీటిలో పాలరాతి వలకలపై చెక్కిన చిత్రములు, సిల్క్ బట్టలు, నగిషీ వసులు, ఎంబ్రాయిడరీ, తివాసీల అల్లకము, చర్మపు వస్తువుల తయారీలు ముఖ్యమైనవి. నగరంలో ప్రతిచోట వంశపారంపర్యంగా ఈ కళలను కాపాడుకుంటున్నట్లు మనం నేటికీ చూడవచ్చు. 60 అకర్లక వత్తాలతో తయారు చేసిన రోజాపుష్పంలోగల అతుకులు నూళ్ళ దర్పినిలో కూడా కనిపించవు. ఇదే వంశపారం పర్యంగా వచ్చిన వీరి హస్తకళానైపుణ్యము.

అగ్రా రకరకాల తినుబండారాలకు చాలా ప్రసిద్ధి పొందింది. కరకరలాడే కారం డాల్ మోత్, తియ్యని రుచికరమైన మెలోన్ వండు ముక్కల వంటి-ముక్కలు పేతా చాలా ముఖ్యమైనవి.

ధిల్లీనుంచి రైలు, రోడ్డు, విమానాల మీద ప్రయాణాలు చేసి అగ్రాను సులభంగా చేరవచ్చు.

## భారతదేశంలో 100 kwh శక్తి వినియోగమవుతుంది

విద్యోగం నైనా ప్రజల జీవన ప్రమాణము అక్కడ వినియోగమయ్యే విద్యుచ్ఛక్తి మిద అధారపడి ఉంటుంది. భారతదేశంలో విద్యుచ్ఛక్తి వినియోగం రేటు చాలా తక్కువ. యు.ఎస్.ఎలో 8000 kwh శక్తి వినియోగం అవుతుంటే కేవలం 100 kwh శక్తి వినియోగంతో భారతదేశం 113వ స్థానం పొందుతుంది.

— యాజ్ఞాన సౌఖ్యం

“మాటకన్నా మానవీయత మేలు.”

# పనితాలాకం

శరీరకాంతికి

ఒక చెంచాడు పాలపొడిలో కొద్దిగా పన్నీరు, టింబర్ ఆఫ్ బెంజాయిన్ రెండు మూడు చుక్కలు కలిపి ముద్దగా తయారు చేయండి,



ఈ స్నానంతి ముద్దను ముఖానికి పట్టించు కుని 10-15 నిమిషాలు అయిన తరువాత చల్లని శుభ్రమైన నీటిలో కడుక్కోండి. ఈ విధంగా వారానికి రెండురోజులు అనునరిస్తే చర్మం కాంతివంతంగా నవనవలాడుతూ ఉంటుంది.

ఎండకు కమలిన ముఖం

నాలుగు చెంచాల టీ పొడి (అకులు) ఉడుకుతూన్న వేడినీళ్ళతో వేసి తయారు చేసిన చిక్కటి డికాక్సన్తో మండుల పావులో లభించే జెల్లీ (గ్రీజ్ సర్కిల్ జెల్లీ) కలిపితే ఎండకు వాడిపోయి కమలిన ముఖానికి మంచిలోపను తయారవుతుంది.

\* \* \*

చర్మం ముడతలు పడితే

అవాలు 100 గ్రాములు కొద్దిగా వేయించి కాచని కాజాపాలతో ముద్దగా తయారు చేయండి. ఈ ముద్దను శరీరానికి బాగా పట్టించి నలుముకుంటే పిండిరాలుతుంది. అప్పుడు వెచ్చని నీటిలో స్నానం చేయండి. శరీరంమీద ఏర్పడ్డ ముడతలు పోయి చర్మం మృదువుగా కాంతివంతంగా ఉంటుంది.

\* \* \*

పెసరపిండి క్రీము

బాగు చేసిన రెండు పెద్ద చెంచాల పెసర పప్పు నీటిలో బాగా నానిన తరువాత మెత్తగా రుబ్బి దానిని శరీరానికి పట్టించి అరిస తరువాత దులిపి వెచ్చని నీటిలో స్నానం చేయండి. శరీరం మృదువుగా ఉంటుంది. ఛాయ బాగా పెరుగుతుంది.

\* \* \*

ముఖం మీద మొటిమలు

ముఖంమీద మొటిమలు సర్వసాధారణం జామి అకులను పసుపుతో ముద్దగా నూరి క్రమంగా రాత్రిపూట వడుకునేటప్పుడు ముఖానికి రాసుకుని ప్రొద్దున్నా కడిగేసుకుంటే

**500 మిలియను టన్నులు హానికరమైన విషవదార్థాలు ఉత్పత్తి అవుతున్నాయి**

ప్రపంచం అంతటా తయారవుతున్న 500 మిలియను టన్నుల హానికరమైన విషవదార్థాల్లో 5 మిలియను టన్నులు మాత్రమే అభివృద్ధి పొందుతున్న దేశాల్లో తయారవుతుంది.

“రెంటిలో ఒకటి ప్రధానమనుకున్నప్పుడు రెండవదాన్ని విడిచిపెట్టక తప్పదు.”

వారం పదిరోజులలో మొటిమలు తగ్గిపోతాయి. మొటిమలు గోళ్లతో గిల్లితే అవిపగిలి అచోట మచ్చలు ఏర్పడతాయి. ఈ మచ్చలు పోవాలంటే వుడీనా ఆకు మెత్తగా నూరి రాత్రి పడుకునే ముందు ముఖానికి రాసి ఉదయాన్నే శుభ్రమైన వెచ్చని నీటితో కడిగేయాలి. ఇలా పది రోజుల పాటు క్రమంతప్పకుండా చేస్తే ముఖం మీద మొటిమల మచ్చలు మటు మాయం అయిపోతాయి.

\* \* \*

### జిడ్డు ముఖం

కొందరికి ముఖం ఎప్పుడూ నూనెపట్టించు కున్నట్టు జిడ్డు ఓడుతుంటుంది. పావుకిలో పెనలుగానీ, శనగ వప్పుగానీ, రెండు పెద్ద చెంచాల బావంచాలు, చిన్న కస్తూరిపసుపు ముక్కవేసి, మెత్తగా పొడిచేసి పోపుకు బదులు ఈపిండితో ముఖం రుద్దుకోండి. వెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం పిండి ఆ నీటిలో రెండు రోజుల కొకసారి ముఖం కడుక్కోండి. ముఖం నవనవలాడుతుంటుంది.

\* \* \*

### అరికాలి పగుళ్లు

మరిపాలు పగుళ్లకు వేయండి. లేదా మామిడి జిగురు వెచ్చచేసి రసంపిండిన నిమ్మ తొక్కలు పగుళ్లకు రాయండి. కాళ్ల పగుళ్లు మానిపోతాయి.

\* \* \*

### వంటి దురదలు

అరగ్గాసుడు మంచినీళ్లు రాగి చెంబులో పోసి ఉసిరికాయంత చింతవండు ఆ నీళ్లలో నానబెట్టండి. మరునాడు చిక్కటి రసంతిని

వంటికి రాసుకుని అరగంట తరువాత కొంచెం వెచ్చని నీటితో స్నానం చేయండి. దురదలు తగ్గిపోతాయి. నీళ్లలో నిమ్మ రసంపిండి అనీటితో స్నానం చేసినా దురదలు తగ్గిపోతాయి.

## మోజార్ట్-గొప్ప సంగీత విద్వాంసుడు

మోజార్ట్ ప్రపంచ ప్రసిద్ధి పొందిన గొప్ప సంగీత విద్వాంసుడు. ఇతడు ఒకసారి "హాలీవీక్" నమయంలో రోమలో "మిస్సిడెరె" డ్రాగోయ



అలిగి పాడుతూండగా పోయారు. పాన్ వీని ప్రపంచంలో మరే ప్రదేశంలో ఎక్కడా ప్రదర్శించ కూడదని నిషేధించారు. మోజార్ట్ తన గదికి వెళ్లి జ్ఞాపకశక్తితో తాను చిన్నదాన్ని తిరిగి వ్రాసాడు. అదే ఈ అద్భుతాన్ని విని అతనిని గౌరవించి "గెల్డెన్స్బర్గ్" ను బహుకరించాడు. 1791 లో మరణించడానికి ముందు 35 వ సంవత్సరం నయినాలో ఏడేలుమీద వాయిదానకి 600 ఒసెరాలు ఒసెరెబాని. సానుకూ పెదనాడన. మోజార్ట్ మౌనమోషలైన వివిధరకాల సాంప్రదాయక సంగీత రచనలను రచించాడు.

"కొంపలు అంటుకున్న తరువాత కాదు, నీళ్లకోసం నూతులు త్రవ్వడం."

# గృహవైద్యము

## వేప

వేపచెట్టు భారతదేశంలో అన్ని ప్రదేశాలలోను సాధారణంగా పెరిగే సతతహరిత వృక్షం. ఇది మెలియేసియా (Meliaceae) కుటుంబానికి చెందినది. ఈ కుటుంబానికి చెందిన మేలియా కాంపోజిటా వైల్డ్ (కొండవేప) పొట్టిగా గుబురుగా ఉంటుంది. 'స్విటేనియా మహాగని' (Switenia mahogani) బ్రహ్మాండంగా



పెరిగే పెద్ద వృక్షం. ఇది ముఖ్యంగా బల్లలు, కుర్రీలు, తలుపులు తయారుచేసుకోడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఈ రెండు జాతులు వైద్యంలో ఔషధాలతయారీకి ఉపయోగపడతాయి. వేపను భారతీయులు అనేక శతాబ్దాలనుంచి ఔషధాలలో ఉపయోగిస్తున్నారు. మొహంజోదారో త్రవ్వకాలలో బయల్పడిన తాయెత్తులలో వేపచెట్టు బొమ్మలు ఉన్నట్లు తెలుసుకున్నారు. చరకుడు, శుశ్రుతుడు కాలాలనుంచి కూడా ఆయుర్వేద గ్రంథాలలో దీనిని గురించి విస్తారంగా వ్రాసినాంబబడింది. వేపకు సంస్కృతంలో అనేక పేర్లు ఉన్నాయి. నింబ, సుతిక్త, పిచు మర్ద, నేత, రవిసన్నిధ, అరిష్ట, క్రిమిఘ్న, పీష, చర్మన, సుమన, శీర్షవర్ష, సుఖప్రియ, కాకఫల, మాలక, హింగునిర్యాన, పీతసారక మొదలైనవి. తెలుగులో దీనిని వేప, కన్నడంలో బేవు

తమిళంలో వేంబు లేక వేవ్వు, మలయాళంలో వేప్పు అంటారు. దీనిని వృక్షశాస్త్రంలో అజాడిరఖ్తా ఇండికా (Azadirachta indica) అంటారు. దీనినే హిందీలో ఏమ్ అంటారు. ఆంగ్లేయ భాషలో దీనికి మార్గోసా అనే పేరు అమెరిగోసా (చేదు) అనే పేర్లుగలవడం నుంచి ఏర్పడింది. వాస్తవంగా అందరికీ అందుబాటులో ఉన్న మందు వేపమందు. వేపచెట్టు బెరడు, అకులు, చిగుళ్లు, పువ్వులు, ఈనెలు, వేపజిగురు, ద్రేళ్లు, కాయలు, పళ్లు అన్ని ఔషధాల తయారీకి ఉపయోగపడతాయి.

ఆయుర్వేద శాస్త్రం ప్రకారం వాత, పిత, కఫ సంబంధమైన రోగాలన్నిటికీ వేప ఒక దివ్య ఔషధం. గుండెజబ్బులు, విదాహము, అలసట, అగ్నిహింస, వివిధ జ్వరాలకు, కీళ్లవాపులకు వేప అమోఘంగా పనిచేస్తుంది. చర్మసంబంధమైన వ్యాధులు, దురదలు, తలలో పేలకు వేపను మించిన ఔషధం లేదు. వేప అమోఘమైన దగ్ధనివారిణి. అనేక కంటిరోగాలకు వేపను ఉపయోగిస్తారు.

కడుపులో క్రిములు : వరుసగా 5 రోజులు ఉదయంపూట రెండుచెంచాల వేపాకు వనరు త్రాగితే కడుపులో క్రిములు నశిస్తాయి. ఆ వనరులో చిటికెడు ఉప్పు కలిపి త్రాగితే మరింత మంచిది. ఈ వనరు సేవిస్తూన్నంత కాలం 12 గంటల వరకు భోజనం చేయకూడదు. తీపివదార్దం అధికం తినకూడదు.

మలేరియా : మలేరియా జ్వరం తగిలిన రోజునుంచి మూడురోజులపాటు వేపవనరు రోజుకి మూడు పూటలు 2 లేక 3 చెంచాలు ఇస్తే మలేరియా జ్వరం నివ్వబడుతుంది. తేలికైన

"మరణించినా అనుసరించే గృహాతుని పంటిది ధర్మం ఒక్కటే."

"వివిధ సమస్యల వైద్యక" శీర్షికలో సేవించిపోవాలి."



అహారం తీసుకోడం మంచిది. చల్లని పానీయాలు వాడకూడదు.

సాధారణ జ్వరాలు: కప్పు నీళ్లలో పిడికెడు వేపాకులు వేసి ఆ నీటిని సగానికి మరిగించి కషాయం తయారుచేయాలి. ఆ కషాయంలో రెండు చెంచాల తేనెను కలిపి త్రాగితే సాధారణ జ్వరాలు తగ్గుతాయి. ఇది త్రాగిన రాత్రి భోజనం మానడం మంచిది.

చర్మవ్యాధులు: వేపాకు, పసుపు సమపాళ్లలో తీసుకుని దానిలో కొద్దిగా ఉప్పువేసి సూరి ఆ ముద్దను గోళకాయలంత మాత్రలుగా చేసుకుని వరగడుపున మ్రింగాలి. ఇలా వారంరోజులు చేస్తే వివిధరకాల చర్మవ్యాధులు సరిస్తాయి. నలుగు పెట్టుకుని స్నానం చేయడంవల్ల మంచి ఫలితాలు కలుగుతాయి. దీర్ఘకాలపు చర్మరోగాలకు వేపవేళ్ల కషాయం ఉత్తమమైన ఔషధం.

పచ్చకామెడ్డు: ప్రారంభదశలో ఉదయం, సాయంత్రం వేప కాడల తేలిక కషాయాన్ని త్రాగితే పచ్చకామెడ్డు అతి శీఘ్రంగా తగ్గిపోతాయి. రోగులు నూనె, కారం, పులుపు వాడటం మంచిది కాదు.

నోటి దుర్వాసన, ఇతర దంతరోగాలు: వేప చిగుళ్లను నమలడంవల్ల, వేపకషాయం పుక్కిలించడంవల్ల నోటి దుర్వాసన తగ్గిపోతుంది. ప్రతిరోజు వేప పుల్లతో పళ్లు తోముకుంటే నోటిలో దంతాలు, చిగుళ్లు గట్టిపడతాయి. నోటి దుర్వాసన పోతుంది.

తలలో పేలు: వేపాకు సూరి ముద్దను తలకు బాగా పట్టించి ఆరిన తరువాత తల రుద్దుకుని స్నానం చేస్తే పేలు పడిపోతాయి.

క్షయ: వేపచిగుళ్లు, ఉసిరి నేతితో ప్రతిరోజూ పుచ్చుకుంటే క్షయరోగం నివారిస్తుందని సుప్రసిద్ధ ఆయుర్వేద గ్రంథకర్త షక్రపాణి వ్రాసాడు. వేప కొద్దిగా తీసుకుంటే వాంతులు తగ్గుతాయి.

అధికంగా తీసుకుంటే వాంతులవుతాయి. ఎండించి నిల్వ చేసుకున్న వేపపూవు నూనెలో దోరగా వేయించి ఉప్పు కలిపి మొదటిముద్దలో తింటే పిత్తరోగాలు హరిస్తాయి.

మూలశంక: వేపనూనెనుగాని, వేపగింజల ముద్దనుగాని మూలశంకకు వట్టిస్తే క్రమంగా తగ్గిపోతుంది.

గజ్జి చిడుము: వేపనూనె గజ్జి చిడుము, తామరలకు ఉపయోగపడుతుంది.

(మిగతా 19 వ పేజీలో)

## న్యంతంగా ఆలోచించు



J. KRISHNAMURTI

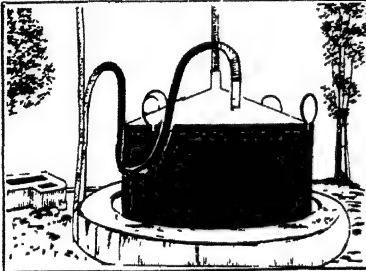
దొలలో వివిధ సమస్యల కలకల రావాలను వింటూ, అదృష్టవశాత్తూ నాకు చెట్టును తిలకిస్తూ కేకల పాడాలను వింటూ నాజూకు, మనస్సులో ఏ ఇతర భావాల లెంపూ చెట్టును భూమిని మూస్తూ జూదతగా పరిశీలిస్తే న్యంతంగా నీ అంతకు నీవు ఆలోచించడం నేర్చుకుంటావు. నీలో కలిగిన మార్పులను నీవు వినుచు వైఖరిని లెంపూ గ్రహిస్తావు. దీనికి కారణం ఏమిటో నీలో మౌనమనే పరిశీలనాత్మకంగా ఉంటు మనస్సులో కాంతి ఏర్పడుతుంది. అట్టి ప్రకాంత మమయంలో ఎక్కడో లోతుగా పరిశీల్యమైన అంతరాత్మ అవగాహనలో కాంతమైన సందర్భాన్ని సందరిస్తావు.

—జె.కృష్ణమూర్తి ఆత్మగతంగా హానిల్సా జర్నల్లో

"చదివినదానిని, విన్నదానిని ఆచరణలో పెట్టడమే సాధనం."

# నిజాలు - నిదర్శనాలు

**1.05 మిలియను బయోగాస్ ప్లాంటులు ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి**



గత కొద్ది సంవత్సరాలలో భారత దేశంలో 1.05 మిలియనుకు పైగా బయోగాస్ ప్లాంటులు ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి. దీని ఫలితంగా సంవత్సరానికి 4.5 మిలియను టన్నుల వంటి చెరకు ఆదా అవటమేగాక సాలీనా రూ. 3,000 మిలియను విలువగల ఎరువులు మరియు విద్యుచ్ఛక్తి జనింపబడుతున్నాయి.

\* \* \*

**ఉత్తరప్రదేశ్ లో వికలాంగులు అత్యధికం**

దేశంలోని మొత్తం 2,76,691 మూగ వారిలో 37,671 మందితో వశ్చిమబెంగాల్ ప్రధమ స్థానాన్ని పొందగా, 30,580 మందితో ఆంధ్రప్రదేశ్ ద్వితీయస్థానాన్ని పొందు తుంది. ఉత్తరప్రదేశ్ లో అత్యధికంగా 1,64,556 మంది పూర్తిగా వికలాంగులుంటే, మధ్య ప్రదేశ్ లో 1,01,873 మంది ఉన్నారు. 41,502 మంది కుంటివారితో ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రథమస్థానాన్ని పొందుతుంది. తరువాత

35,232 మందితో బీహార్ రెండవ స్థానాన్ని పొందుతుంది. ఉత్తర ప్రదేశ్ 93,618 మంది అంధులతో మొదటిస్థానాన్ని బొందితే, 53,451 మందితో మధ్యప్రదేశ్ రెండవ స్థానాన్ని పొందుతుంది.

\* \* \*

**వంజాబ్ 11 మిలియను టన్నుల గోధుమ వండిస్తుంది**

వంజాబ్ నేడు 11 మిలియను టన్నులకు పైబడ్డ గోధుమను వండిస్తుంది. ఇది దగ్గర దగ్గర 1964-65లో మొత్తం దేశంలో వండించ బడిన దానికి సమానము.

\* \* \*

**(18 వ పేజీ తరువాయి)**

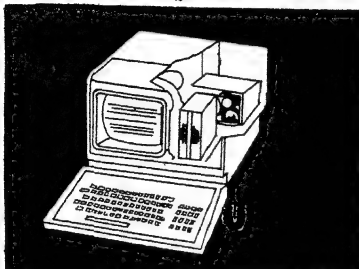
సైనస్: సైనస్ వల్ల తీవ్రమైన తలనొప్పితో బాధపడేవారు వేపనూనెలో ఇప్పించితో చేసిన చిన్నగుడ్డ వత్తిని నానబెట్టి దానిని కాలాగ వచ్చిన పొగను పీలిస్తే సైనస్ బాధ తగ్గిపోతుంది. హాయిగా ఉంటుంది.

పాముకాట్లు: పాముకాట్లకు గురైనవారికి వేపాకు తీయగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. కానీ వేప ఆకులను నములుతుండగా ఆ రోగి ఎప్పుడు వేప ఆకు చేదుగా ఉందని అంటాడో అప్పుడు విష ప్రభావం తగ్గినట్లు భావించాలి.

వాస్తవంగా ఉల్లి చేసిన మేలు తల్లి చేయక పోయినా వేపాకు చెయ్యగలదు. అనేక రోగాలను నయం చేస్తుంది.

“అవకాశానికి పనికిరాని సామర్థ్యం నిరర్థకం.”

కంప్యూటర్లు, మరియు పెరిఫెరాలస్  
ఉత్పాదన



భారతదేశంలో మొత్తం ఎలక్ట్రానిక్స్ ఉత్పాదనలో కంప్యూటర్స్ మరియు పెరిఫెరాలస్ ఉత్పాదన ఎనిమిది శాతం మాత్రమే.

భారతదేశంలో మిరియాలు  
ఏలకులవంటు

మిరియాలు బ్రెజిల్‌లో హెక్టేరుకి 1,200 కి.గ్రా.లు, ఇండోనేషియాలో 550 కి.గ్రా.లు వండితే భారతదేశంలో 275 కి.గ్రా.లు మాత్రమే వండుతుంది. భారతదేశంలో ఏలకులు హెక్టేరుకి 77 కి.గ్రా.లు వండితే గాటిమాలాలో 200 కి.గ్రా.లు అత్యధికంగా వండుతున్నాయి.

—'ఎకనామిక్ టైమ్స్' సౌజన్యంతో

ప్రభుత్వరంగం చేపట్టిన  
పరిశ్రమలలో అప్పులు బదుళ్ళు

మార్చి 31, 1988 నాటికి ప్రభుత్వరంగం చేపట్టిన పరిశ్రమలలో అప్పులు మరియు బదుళ్ళు (loans and debts) రూ 46,952.11 కోట్లు

\* \* \*

వంజాబ్ - వరి దిగుబడికి  
ప్రథమస్థానం

మొత్తం వరిసాగు ప్రదేశంలో జాతీయ సగటు 46.24 శాతం - ఎనిమిది రాష్ట్రాలు అధిగమించాయి. వీటిలో 83.23 శాతం వరి సాగుబడి ప్రదేశంతో వంజాబ్ ప్రథమస్థానాన్ని పొందుతుంది. దిగుబడి లేక ఫలసాయాన్ని బట్టి చూస్తే హెక్టేరుకి 32 క్వింటాళ్ళ వంటుతో వంజాబ్ మొదటి స్థానాన్ని అక్రమిస్తుంది.

\* \* \*

తుంటి ఎముక బల్యానికి  
విటమిను C

వృద్ధాప్యం చెందుతున్న కష్ట ఎముకల వదులుతున్న తగ్గిపోతుంది. ఇవి నిరోధించే నిలబడకాదు. నమ్మలేము. కానీ ఇలాంటి బిటెస్ నిరోధకులు విటమిను C తుంటి ఎముకను బలపరుస్తుందని నిరూపించారు. తుంటి ఎముకలు పరిగ్రహించే శరీరంలో ప్రవహించే రక్తంలో విటమిను ప్రమాణం చాలా తక్కువగా ఉందని పరిశోధనలు చేసి తెలుసుకున్నారు.

ఎముకలదేమిట ప్రాచీన హైడ్రాక్సీలేస్ అనే ఎంజైమ్‌కు విటమిను C చాలా అవసరం. దీనివల్ల సాలెమాడు వంటి కేసెన్ డియా ఎటోడి ఎముకలను బలపరచే కార్యం తయారవుతుంది. కొబ్బరి తగినంత విటమిను C లేకపోతే ఎముకలు కాలియంను వినియోగించుకోలేవు.

ముఖ్యంగా విటమిను C లేకుండా వృద్ధులలో రోగాలు వృద్ధులలో అధికం. విటమిను C అధికంగా లభించే తాజాపళ్ళు, కూరగాయలు వృద్ధులు అధికంగా వాడే ఎముకల బలం నిలబెట్టే కోవాలి.

—డా.లక్ష్మణం

“అవకృతి ఒనర్చినవారిని కూడా దయతో మన్నించడమే మహాత్ముత్వమైన మానవీయత.”

## 25,000 మంది ఇంజనీరింగ్ పట్టభద్రులు

భారతదేశం ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలన్నిటిలోను ప్రతినవత్సరం ఇంజనీరింగ్ మరియు టెక్నాలజీలకు సంబంధించిన వివిధ శాఖలలో ఉత్తీర్ణులైన పట్టభద్రులు 25,000 మందికి పైబడి ఉన్నారు. ఉత్తీర్ణులైన వారిలో సాలీనా 3,477 మందితో తమిళనాడు ప్రథమ స్థానాన్ని పొందుతుంది.

## యునైటెడ్ స్టేట్స్ కంటే అధికంగా భాగ్యవంతమైనది

43.7 ట్రీలియన్ డాలర్ల జాతీయ ఆదాయంతో జపాన్ యునైటెడ్ స్టేట్స్ కంటే అధికంగా భాగ్యవంతమైనది. జపాను మొత్తం జాతీయ ఆస్తులలో జపాన్ అధిక ఆస్తులు 53 శాతం. భూముల విలువ 30.6 శాతం. జపానుకు రికార్డుస్థాయిలో విదేశీ ఆస్తులు 240.7 ట్రీలియన్ డాలర్లు ఉన్నాయి. ఈ విధంగా జపాన్ ప్రపంచంలో బ్రహ్మాండమైన ఋణదాతగా ప్రసిద్ధిపొందింది.

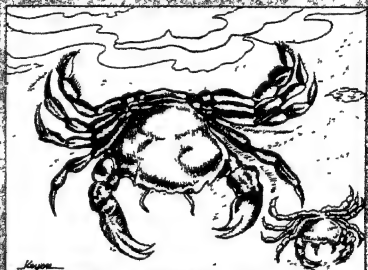
## భారతదేశంలో విద్యుచ్ఛక్తి ఉత్పాదకసామర్థ్యత 59,000 MW

భారతదేశంలో 1950లో ఉన్న 1,700 MW విద్యుచ్ఛక్తి ఉత్పాదకసామర్థ్యత 1989లో 59,000 MW కి పెరిగింది. నేడుదేశంలో విద్యుచ్ఛక్తి కొరత 22.64 శాతం. పీకింగ్ షార్జీ 20.89 శాతం. మనదేశం 1988లో 221 బిలియను యూనిట్ల విద్యుత్తును జనింపజేసింది.

## కెమికల్స్ మరియు పెట్రోకెమికల్స్ ఎగుమతి

భారతదేశం 1987-88 లో రూ.860 కోట్ల విలువజేసేకెమికల్స్ మరియు పెట్రో కెమికల్స్ ఎగుమతి చేస్తే 1988-89 లో ఇది రూ. 1400 కోట్లకు పెరిగిపోయింది.

## పీత జీవితంలో 20 వివిధ దశలు



పీత పీత జీవితంలో 20 దశలు ఉంటాయి. ఈ 20 దశల్లో పెరిగిపోతే నల్లని పీత పీతగా పెరిగిపోతే 20 దశలు పొందుతుంది.

బ్రహ్మచర్యం పట్టిన వారూ కాలానుగుణ్యంగా ఉన్న పీతలో ఉన్నట్లు ఉంటుంది. సాధారణంగా కొంతమంది ముగ్ధులు ఉంటారు. పీతలో పెరిగిపోతే జీతం కాలానుగుణ్యంగా ఉంటుంది. ముగ్ధులు జీతం కాలానుగుణ్యంగా ఉంటారు. ఈ దశల్లోనే ఇది పీతలోకి మారుతుంది.

పీత పీతలో ఉన్నప్పుడు కొద్ది ఆదాయం పొందేవి ఉంటుంది. పెరిగేకొద్దీ ముగ్ధులు పెరిగిపోతూ ఉంటుంది. ముగ్ధులలో 200 మందిలో ఒకరు మాత్రం పీతలోకి మారుతుంది.

పీత పీతలో

“మహానియుల మనస్సు నొప్పించకుండుటయే తన్నుతాను సంరక్షించుకొను మార్గము.”

# చిక్కడేశ్వరం - శ్రీశైలము

రాఘవేంద్రరావు

ప్రాచీన కాలం నుంచి ప్రసిద్ధి చెందియున్న జ్యోతిర్లింగాలు వండ్రెండు. సారాస్థంలో సోమనాథాలయం, శ్రీశైలంలో మల్లికార్జునాలయం, ఉజ్జయినిలో మహాకాళాలయం, ఓంకారంలో అమరేశ్వరాలయం, వరశిలో వైద్యనాథాలయం, ఢాకినిలో భీమ శంకరాలయం, సేతువులో రామేశ్వరాలయం, దారుకావనంలో నాగేశ్వరాలయం, వారణాశిలో విశ్వనాథాలయం,



గోదావరి తీరంలో త్ర్యంబకేశ్వరాలయం, హిమాలయంలో కేదారేశ్వరాలయం, పుష్పిలో విశాలేశ్వరాలయం. ఈ ద్వాదశ లింగాలను స్మరించిన వారికి ఏడు జన్మలలో చేసిన పాపాలు కూడా పోతాయని పురాణాలలో చెప్పబడింది. అంతేకాదు కేదరంలో తీర్థాన్ని త్రాగిన వారికి, వారణాశిలో మరణించిన వారికి, శ్రీశైలం శిఖరం చూసినవారికి అనలు తిరిగి జన్మ ఉండదుట.

బహుప్రాచీన కాలం నుంచి ఒక మహా క్షేత్రంగా పేరుపొందిన ఈ శైలక్షేత్రం ఆంధ్ర ప్రదేశ్ నల్లమలై కొండలలో దట్టమైన అడవులలో విరాజిల్లుతుంది. హైదరాబాదుకి 200-కి మీ దూరంలో ఉన్న శ్రీశైలక్షేత్రం ఎంతో

పురాతనమైనది. మహాభారతాన్ని రచించిన మహర్షి వేదవ్యాసుల వారు స్కాందపురాణంలో శ్రీశైలం మహిమను వర్ణించారు.

తలిదండ్రులతో వివాదం పెంచుకుని వెళ్లి పోయిన స్కందుని (కుమారస్వామి, కార్తికేయుడు, మురుగ, సుబ్రహ్మణ్యుడు) వెతుక్కుంటూ పార్వతీవరమేశ్వరులు బయలుదేరారు. స్కందుని కోపం పోగొట్టడానికి పార్వతీ పరమేశ్వరులు శ్రీశైలంలో చాలాకాలం పాటు నివసించ వలసి వచ్చింది. శ్రీశైలంలో ఉండి పోయిన పరమశివుని దర్శించడానికి దేవతలందరూ ఇక్కడికి వచ్చారు. అనాటి నుండి ఇదొక పవిత్రమైన దివ్యక్షేత్రంగా మారి పోయింది. ఈ శ్రీశైల క్షేత్రం 12 పవిత్రమైన జ్యోతిర్లింగ క్షేత్రాలలో ఒకటైంది. ఇచ్చట పార్వతీ దేవి భ్రమరాంబగాను, పరమశివుడు మల్లికార్జున స్వామిగాను పూజింపబడుతున్నారు. అష్టాదశ పీఠ శక్తుల రూపాలలో 'భ్రమరీ' అవతారమే 'భ్రమరాంబ'

ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి కమర్షియల్ జెట్ ఎయిర్ క్రాఫ్ట్

ప్రపంచంలో బిడను మొట్టమొదటి కమర్షియల్ జెట్ ఎయిర్ క్రాఫ్ట్ కామెట్ను ఉత్పత్తి చేసినది బి.వి.ఎ. బి.వి.ఎ. (బి.వి.ఎ. బి.వి.ఎ. ఎయిర్ క్రాఫ్ట్ విభాగం) ప్రపంచంగా 1958 లో లండన్లో జరిగిన విమాన ప్రమాదాల సమావేశంలో ఉన్నదిగా

"అధికారబలముగల మనుషులలో బలహీనుడు వైరము తెచ్చుకొనుట మృత్యుచేపతనం అహ్వనించడం వంటిది"

పూర్వం ఇతిహాసకాలంలో వనవాసం చేయవలసి వచ్చినప్పుడు శ్రీరామచంద్రమూర్తి, అదేవిధంగా పంచపాండవులు శ్రీశైల శ్రేణులను సందర్శించారు. నేటికీ దేవాలయంలోని పంచపాండవ మంటపాన్ని భక్తులకు చూపిస్తారు. చారిత్రకంగా అద్వైతమత స్థాపకుడైన ఆదిశంకరులు, సుప్రసిద్ధ బౌద్ధ మతావలంబుడైన నాగార్జునుడు ఈ శ్రేణులలో మల్లికార్జున స్వామిని సేవించారు. శ్రీ ఆదిశంకరులు ఇచ్చట శ్రీ చక్ర ప్రతిష్ఠ చేశారు. ఆంధ్రదేశాన్ని పాలించిన శాతవాహనులు, మౌర్యులు, చోళులు, చాళుక్యులు, రాష్ట్రకూటులు, వల్లభులు, కాకతీయులు, విజయనగర సామ్రాజ్యాధిపతులు కూడా ఈ దేవాలయాన్ని పోషించి సంరక్షించినట్లు తెలుస్తూంది.

12వ శతాబ్దంలో కాకతీయ చక్రవర్తి ప్రతాప రుద్రదేవ ఈ దేవాలయ జీర్ణోద్ధారణ చేపట్టినట్లు వరంగల్లో లభించిన శాసనంవల్ల తెలుస్తూంది. తరువాత 15వ శతాబ్దంలో విజయనగరరాజులు కట్టించిన గోపుర ప్రాకార మంటపాలు నేటికీ కనిపిస్తాయి. వీరు ఈ దేవాలయానికి అనేక అభివృద్ధులు చేపట్టి 'రాయగోపురం' నిర్మించారు. శ్రీశైలం భక్త శ్రేణిలో మహారాష్ట్ర వీరుడు భ్రమరాంబ భక్తుడు చక్రవర్తి శివాజీ దీని సంరక్షణకు పాటుపడి ఉత్తర ద్వారంపై పెద్ద గోపురం కట్టించాడు. మహారాష్ట్ర వతసంతో ఈ అలయం గోల్కొండ నవాబులైన అక్బర్, షాదన్న పరిపాలనలోకి వచ్చింది.

శ్రీశైల శ్రేణులలో చుట్టుపట్ల కొండప్రదేశంలో అమూల్యమైన ఓషధులు, మూలికలు కూడా లభిస్తాయి. దగ్గరలో కృష్ణానదిపై ఉన్న శ్రీశైలం డామ్ వల్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ కి విద్యుచ్ఛక్తి సరఫరా అవుతుంది.

## బీవెర్ ఇంజనీరింగ్ వైపుబిడ్డ

ఉత్తర అమెరికాలో అపారజనమైన బీవెర్ చెరువులలోను, ప్రవాహాలలోను అడ్డంగా 270 మీటర్ల పొడవైన డాములను నిర్మించి మినా యార్జమైన నీటిని భద్రపరచుకుంటాయి. ఈ డాములు ప్రపంచవ్యాప్తం ఇంజనీరింగ్ వైపుబిడ్డలలో పెద్ద డాములలో కర్ణాటకలో రక్కతిను, మట్టితనదు నిర్మిస్తుంది.



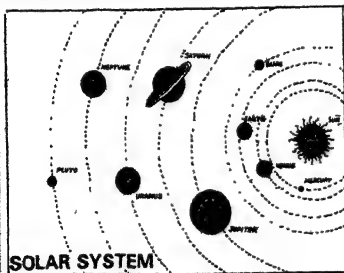
బీవెర్ చెట్లను నరికి వడేస్తూంది. వాడియైన పండ్లను ఉలి సాధనంగా ఉపయోగిస్తుంది. డాముల నిర్మాణ ప్లాన్ లో కలనను చెరచియడానికి కాలువలు తవ్వకుండు చెట్లకొమ్మలు గట్టి లేని చుట్టలో గొడ కడుతుంది. బీవెర్ నీటిలో మునిగి ఉన్నవారు కనిపించే నిమిషమరండు బొబ్బలలో నిట బుడగలు వ్రాతాయి. ఇవి వలనబడి నీటికి లక్షణము ఇస్తాయి. ఇది తన తనతో నీటిని కొడుతూ పెద్దశబ్దంచేసి ఇతర బీవెర్లనుకుప్పలకు అపాయనావస్థలను తెలియజేస్తుంది. కాల, ప్రశ్న ముద్య పర్మంగల సాదారణ నీటిలో అతివైపుబిడ్డగా ఈడు తుంది. తనను బుక్కానిగా ఉపయోగించి పక్కలకు వెళ్ళే క్రందకు ఈతను నియంత్రిస్తుంది.

బీవెర్ ముఖ్యంగా ఏలూ, బిర్క్, బార్న్ అతని చెరలను తింటుంది. బాగావరిగిన పెద్ద బీవెర్ 12 మీటర్ల పొడవుగా ఉండి, 27 కె.గ్రా.ల బరువు తూగుతుంది.

# ప్రపంచవార్తలు

## నెప్ట్యూన్తో వాయేజర్ 2 నన్నిహిత నమాగమము

ఆగస్టు 24 వ తేదిన వాయేజర్ 2 స్పేస్ క్రాఫ్ట్ నెప్ట్యూన్ కి మిక్కిలి నన్నిహితంగా వచ్చి చేరింది. అప్పుడు వాయేజర్ నెప్ట్యూన్ కు 4,830 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. అయిదు గంటల తరువాత నెప్ట్యూన్ చంద్రులలో ట్రైటన్ చంద్రునికి 40,230 కి.మీ. దూరానికి వచ్చింది.



1977 లో వాయేజర్ ఆకాశంలోకి ప్రవేశపెట్టబడిన తరువాత ఈ అపూర్వ సంగమం నాల్గవది, చివరిది. ఇది 1979 లో గురుగ్రహాన్ని, 1981 లో శని గ్రహాన్ని, 1986 లో యురేనస్ గ్రహాన్ని పరిశోధించింది.

## 2000 సంవత్సరం నాటికి జనాభా 6000 మిలియను

జ్యూరిచ్ లోని స్విజర్ రూయెక్ (Schweizer Rueck) రీజన్యూరేన్స్ కంపెనీ వారి పరిశోధనా ఫలితంగా 2 000 సంవత్సరం నాటికి ప్రపంచ జనాభా 6,000 మిలియను అంటే ఇప్పటి జనాభాకంటే ఒక బిలియను

(1000 మిలియను) ఎక్కువ అవుతుందని అంచనా వేయబడింది. ఇప్పటి జనాభా 5 బిలియను (5,000 మిలియను) మందిలో మూడవవంతు దక్షిణ ఆసియాలో, నాల్గవ వంతు తూర్పు ఆసియాలో, పదవవంతు ఆఫ్రికాలో నివసిస్తున్నారు.

\* \* \*

## మధ్య ఇరాన్ లో 10 బంగారు గనులు

మధ్య ఇరాన్ ఇస్ఫహాన్ లో మాటె ప్రదేశంలో భూగర్భ శాస్త్రజ్ఞులు 10 బంగారు గనులను కనుగొన్నారు. దీని సామర్థ్యం 1.2 మిలియను టన్నులు అని ఊహించబడుతుంది. ఇరాన్ లో మిక్కిలి ముఖ్యమైన బంగారుగని టెహరాన్ కి నైఋతి దిక్కుగా 270 కి.మీ.ల దూరంలో మాటెలో ఉంది.

\* \* \*

## శస్త్రచికిత్సలకు గార్బేట్ క్రిస్టల్ లేసర్

యుఎస్ఎస్ఆర్ అకాడమీ ఆఫ్ సైన్సెస్ లో ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ జనరల్ ఫిజిక్స్ పరిశోధకులు శస్త్రచికిత్సలకు గార్బేట్ క్రిస్టల్ లేసర్ ను కనుగొన్నారు. ఈ క్రొత్త సాధనంలో ముఖ్యవిభాగమైన క్రిస్టల్ లో అపూర్వమైన ఎర్బియమ్ (Erbium) మూలపదార్థం ఉంటుంది. ఈకత్త లేసర్ కిరణాలని టిస్యూ కణాలు ఆకర్షించుకుని లోతుగా లోపల ఉండే కణాలకు అపాయం లేకుండా శస్త్రచికిత్స సామర్థ్యం అధికం చేస్తుంది.

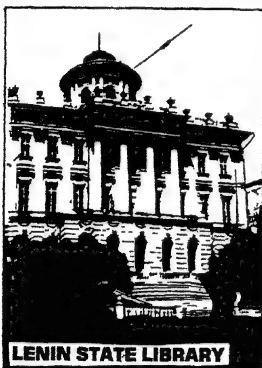
•

"రూపియల్ గాని అపారితోషకం, స్థూలమైన పరిణామం గలదిగా  
చివరకు చివరకు చివరకు చివరకు"

# లైబ్రరీల చరిత్ర

## కృష్ణ వేణుగోపాల్

లైబ్రరీలు (గ్రంథాలయాలు) ముఖ్యంగా చదువుకోడానికి వివిధ విషయాలతో కూడిన పుస్తకాలు, దినపత్రికలు, వారపత్రికలు, పక్ష పత్రికలు, మాసపత్రికలు, సంవత్సరాది సంచికలు వంటివి కలిగి ఉంటాయి. శాస్త్ర సంబంధమైన



సైంటిఫిక్ గ్రంథాలయాలు కూడా ఉంటాయి. వీటిలో వివిధ రంగాలలో విజ్ఞాన శాస్త్ర సంబంధమైన గ్రంథాలు ఉంటాయి. ప్రతీ లైబ్రరీలోను కూడా వివరాలు సులభంగా తెలుసుకోడానికి వీలుగా పుస్తకాలు అమర్చబడి ఉంటాయి. ఇంగ్లీషులో లైబ్రరీ అనే పదం పుస్తకం అని అర్థమిచ్చే లాటిన్ పదం నుంచి ఏర్పడింది. ప్రభుత్వసంబంధమైన లేక ఇతర ప్రజాసంబంధమైన రికార్డులు, ముఖ్యంగా డాక్యుమెంట్లు భద్రపరచే నిలయాలు అర్కైవ్స్ అంటారు.

ప్రపంచంలో మొట్టమొదట బిసి 21వ శతాబ్దంలో పశ్చిమ ఆసియా బాబిలోనియాలో

లైబ్రరీలో బంకమట్టి పలకలు, ఉత్తర అప్రికా ఈజిప్టులో లైబ్రరీలో కాగితపు చుట్టలు (పెపైరస్ స్క్రోల్స్) సేకరింపబడ్డాయి. బిసి 668-627 లో టర్కీ నుండి వర్షియా వరకు వ్యాపించిన కింగ్ ఆఫ్ అస్సిరియా పేరున నినెవెలో అసుర్బనిపాల్ లైబ్రరీ, ఇజ్రేల్ జెరుసలమ్ దేవాలయంలో లైబ్రరీ, బిసి 3వ శతాబ్దంలో అలెగ్జాండ్రీయా, పెర్గాముమ్ లలో వరుసగా ఒకటవ టాల్మే మరియు రెండవ యుమెనెస్ స్థాపించిన లైబ్రరీలు ప్రాచీన కాలంలో మిక్కిలి ప్రసిద్ధి పొందిన కొన్ని గ్రంథాలయాలు. నినెవె మట్టిపలకలో బిసి 23వ శతాబ్దానికి చెందిన అగోడె (Agode) వంశపు రాజుల చరిత్ర విధితమవుతుంది. అలెగ్జాండ్రీయా లైబ్రరీలో సుమారు 7,00,000 కాగితపు చుట్టలు భద్రపరచబడ్డాయి ప్రాచీన ప్రపంచంలో బ్రహ్మాండమైన లైబ్రరీ ఇదే!

ఈజిప్టు, సిరియా, టర్కీ, మెసపటోమియా ప్రదేశాలలో పురాశిల్ప వస్తుశాస్త్రజ్ఞులు వివిధ మట్టిపలకలు, కాగితపు చుట్టలు కనుగొన్నారు. 22 మట్టిపలకలు ఇంకా లండన్ లో బ్రిటిష్ మ్యూజియంలో భద్రపరచబడ్డాయి. 1500 బిసినాటికి చైనాలో లైబ్రరీలు స్థాపింపబడ్డాయి. సుప్రసిద్ధ చైనా తత్వశాస్త్రజ్ఞుడు మరియు సంఘసంస్కర్త అగు కన్ఫ్యూసియస్ C551-C479 బిసి) కాలంలో లైబ్రరీలు, ఆర్కివ్లు బాగా ప్రసిద్ధి పొందాయి. మొట్టమొదట చైనీయులు వెదురు (చాపలనంటి) పీట్లు మరియు శిల్క స్క్రోల్స్ మీద వ్రాసారు.

యూరప్ లో మిక్కిలి ప్రాచీనమైనది, 15 AD శతాబ్దపు వాటికన్ లైబ్రరీ. ప్రస్తుతం ఈ

“ధనాధిక్య ప్రపంచంలో పేదవాడు పడుతున్న బాధలు లాంటివి, పురుషాధిక్య ప్రపంచంలో స్త్రీల బాధ.”



లైబ్రరీలో సుమారు ఒక మిలియను పుస్తకాలు బ్రహ్మపరచబడ్డాయి. ఆక్స్‌ఫర్డ్‌లో బోడలియన్, పారిస్‌లో బిబ్లియోథిక్ నేషనల్, లండన్‌లో బ్రిటిష్ లైబ్రరీ ముఖ్యమైన ఆధునిక లైబ్రరీలు 15 AD శతాబ్దం నాటికే కాగితం కనిపెట్టబడి అచ్చుపనులు కొనసాగుతూన్న గ్రంథసేకరణ



LIBRARY OF CONGRESS

మరియు గ్రంథాలయాలలో పాఠకుల సంఖ్య కూడా చాలా తక్కువగా ఉండేది. 19 వ శతాబ్దం చివరి భాగంలో అచ్చు పరిశ్రమ బాగా ప్రసిద్ధిపొందింది. సార్వజనిక గ్రంథాలయాల (Public Libranes) సంఖ్య అధికమైంది. పాఠకులకు అనేక గ్రంథాలను అందుబాటులోకి తీసుకు వచ్చారు.

ప్రాచీన కాలంలో ఒక స్వంత లైబ్రరీ ఉండడం గౌరవసూచకం. ఇది అంతస్థు పెరుగుదలను సూచించేది. చాలా మందికి గారి వారి ఇంట్లో స్వంతలైబ్రరీలు ఉండేవి. గ్రీస్ లైసియమ్‌లో అరిస్టాటిల్ న్యూలులో లైబ్రరీ, ఇటలీ ఫ్లోరెన్స్‌లో కోసిమో డి మెడిసి లైబ్రరీ, ఇంగ్లండ్ డ్యూక్ ఆఫ్ గ్లాస్టర్ హంప్రీ లైబ్రరీ, యుఎస్‌ఎలో వర్జీనియా బ్లెడ్ ఫామిలీ లైబ్రరీ, యుఎస్‌ఎ ఫిలడల్ఫియాలో బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్, జార్జి వాషింగ్టన్ థామస్ జెఫర్సన్‌స్ లైబ్రరీలు చాలా ముఖ్యమైనవి. ఈ ప్రైవేటు లైబ్రరీలు చాలావరకు యుద్ధాలవల్ల నశించిపోయాయి. కొన్ని మిగిలినవి యూనివర్సిటీలకు, పబ్లిక్ లైబ్రరీలకు చేర్చబడ్డాయి.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా కొందరు వ్యక్తులు ఇచ్చిన పుస్తకాలతో చిన్న చిన్న లైబ్రరీలు ఏర్పడ్డాయి యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో హార్వర్డ్ లైబ్రరీ, జాన్ హార్వర్డ్ ఇచ్చిన 400 పుస్తకాలతో ప్రారంభమైంది. ఈనాడు ఇది 9 మిలియను గ్రంథాలతో ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్ద లైబ్రరీలలో ఒకటి ప్రపంచ ప్రసిద్ధి పొందిన అమెరికా పారిశ్రామిక వేత్త ఆండ్రూ కార్నెజీ యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో కార్నెజీ పేరుతో ప్రతిచోటా ఒక్కొక్క లైబ్రరీ చొప్పున మొత్తం 1,700 ప్రీలైబ్రరీలు (ఉచిత గ్రంథాలయాలు) స్థాపించాడు. వశ్యు యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కో పబ్లిక్ లైబ్రరీ అపూర్వమైన గ్రంథసేకరణకు మరియు సంగీత గ్రంథాలకు పేరు పొందింది

ప్రఖ్యాతి చెందిన అమెరికన్ రాజనీతి తంత్రజ్ఞుడు బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్ 1731 లో మొట్టమొదటి చందాలైబ్రరీ ఏర్పరచాడు. చందాదారులు కొద్దిపాటి సొమ్ము కట్టవారు. ఈ సొమ్ముతో కొత్త గ్రంథాలు లైబ్రరీకి చేర్చబడేవి. చందాదారులు ఉచితంగా గ్రంథాలను తీసుకో గలిగేవారు. అమెరికాలో వస్తులు వసూలుచేసి వాటి నహాయంతో మొట్టమొదటి ఉచిత గ్రంథాలయం (ప్రీ లైబ్రరీ) 1833 లో న్యూహాంప్షైర్‌లోని పీటర్‌బరోలో ఏర్పాటు కాబడింది.

ప్రపంచంలో యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో వాషింగ్టన్ DC 'కాపిటల్ హిల్' మీది లైబ్రరీ ఆఫ్

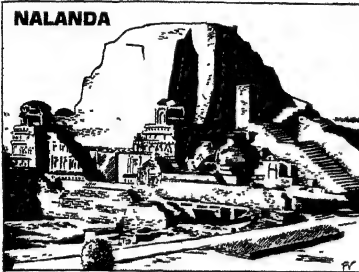
### జ్ఞాపకశక్తికి కీటుకు

శ్రద్ధ జ్ఞాపకశక్తి కీటుకు అభిలాషవల్ల శ్రద్ధ ఏర్పడుతుంది సాధారణంగా మనసులో బాగా నాటిన దానిని ఎన్నటికీ మరిచిపోలేము.

— శ్రీరాధ బిద్యార్థి

“చెతనలు వాతములు చెయ్యకుండా చెప్పింది చెయ్యగలవాడు యోగి.”

కాంగ్రెస్ (ఏప్రిల్ 24, 1800 స్థాపితం) మిక్కిలి బ్రహ్మాండమైనది. ఇందులో 22 మిలియను వాల్ట్యాములు, ఇంకా అనేక కరపత్రాలు, జర్నల్లు, మాపులు, ఫోటోగ్రాఫులు, మోషన్ పిక్చర్స్, మైక్రో ఫిల్ములు, వగైరా మొత్తం 86



మిలియను ఉన్నాయి. లైబ్రరీ భవనం మొత్తం 26 14 హెక్టారుల వైశాల్యంలో 856 కి.మీ. పొడవుగా బిరువాలకు, పెల్లులకు స్థలం ఉంది.

బ్రిటన్ లో మిక్కిలి పెద్ద లైబ్రరీ బ్రిటిష్ లైబ్రరీ. లండన్ యార్క్ షైర్ బోస్టన్ స్కూల్ 24.3 హెక్టారుల వైశాల్యంలో 20 భవనాలలో ఏర్పాటైన ఈ లైబ్రరీలో 2500 మంది వని చేస్తారు. లైబ్రరీలో మొత్తం 16 మిలియను వాల్ట్యాములు ఉన్నాయి. పుస్తకాలు పెరుగు తూతు ప్రతీసంవత్సరం లైబ్రరీలో 12.8 కి.మీ. క్రొత్త పెల్లులు ఏర్పాటు చేస్తూంటారు. యూరప్ లో మిక్కిలి పెద్ద పబ్లిక్ రిఫరెన్స్ లైబ్రరీ బ్రిటన్ స్కాట్లండ్ లోని గ్లాస్కో లో నార్త్ స్ట్రీట్ లో ఉన్న మిచెల్ లైబ్రరీ. దీంట్లో మొత్తం 40,00,000 వాల్ట్యాములు ఉన్నాయి.

ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్ద నాన్ స్టాచ్యుటరీ లైబ్రరీ 1895 లో నిర్మించబడిన న్యూయార్క్ పబ్లిక్ లైబ్రరీ. దానికి గల 82 బ్రాంచీలలో 12 మిలియను వాల్ట్యాములు, 14 మిలియను

లిఖిత ప్రతులు, 3.7 లక్షల మాపులు ఉన్నాయి. సోవియట్ యూనియన్ మాస్కో లో లెనిన్ స్టేట్ లైబ్రరీలో 25 మిలియను పుస్తకాలు ఉన్నాయి.

ప్రాచీన భారతదేశంలో అనేక విద్యాకేంద్రాలు లేక విశ్వ విద్యాలయ నగరాలు ఉండేవి. వీటిలో నలంద, తక్షశిల, కాశీ, కంచి ముఖ్యమైనవి. మతసంబంధమైన విషయాల పరిశోధనకు, పరిశీలనకు ఈ ప్రదేశాలలోగల లైబ్రరీలు సహకరించేవి. నలందాలో మిక్కిలి పెద్ద లైబ్రరీ 12 వ శతాబ్దం చివరి భాగంలో ఢిల్లీ నుంచి ముస్లిములు ఆక్రమించినప్పుడు పూర్తిగా తగులపెట్టబడింది.

ఈనాడు భారతదేశంలో మొత్తం 60,000 పైబడిన లైబ్రరీలు ఉన్నాయి. కలకత్తాలో పబ్లిక్ లైబ్రరీలో అపూర్వమైన పార్శీ, సంస్కృతం అరబ్బీ, తమిళ గ్రంథాలు అనేకం ఉన్నాయి. దీనికి 50 దేశాలలో 144 గ్రంథ సంస్థలతో వినిమయ సౌకర్యం ఉంది. బొంబాయిలో సెంట్రల్ లైబ్రరీ, ఢిల్లీలో ఢిల్లీ పబ్లిక్ లైబ్రరీ, మద్రాసులో కన్నెమరా పబ్లిక్ లైబ్రరీ ఇతర పబ్లిక్ లైబ్రరీలు. కన్నెమరా లైబ్రరీలో 5 లక్షల పుస్తకాలు, బైండ్ చేసిన పక్ష వార పత్రికలు ఉన్నాయి. తమిళనాడులో ఇది మిక్కిలి పెద్ద పబ్లిక్ లైబ్రరీ. ఇచ్చట భద్రపరచబడిన పుస్తకాలలో 1608 లో ప్రచురించబడిన 'ది బైబిల్', 1711 లో భారతదేశంలో వ్యాపారం గురించి లాకయేర్ వ్రాసిన గ్రంథాలు చాలా ముఖ్యమైనవి.

పరిశోధకులకు ఉపయోగపడే ప్రత్యేక లైబ్రరీలు న్యూఢిల్లీలో ఇండియన్ కాన్సిల్ ఆఫ్ రిసెర్చ్ అఫైర్స్, అడయారులో థియోసాఫికల్ సొసైటీ లైబ్రరీ, న్యూఢిల్లీలో సెంట్రల్ సెక్రటే

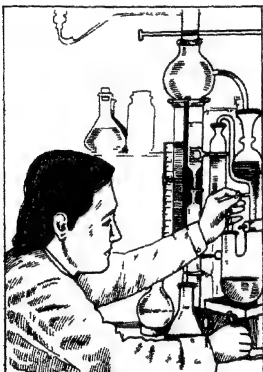
(మిగతా 32 వ పేజీలో)

ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్ద నాన్ స్టాచ్యుటరీ లైబ్రరీ 1895 లో నిర్మించబడిన న్యూయార్క్ పబ్లిక్ లైబ్రరీ. దానికి గల 82 బ్రాంచీలలో 12 మిలియను వాల్ట్యాములు, 14 మిలియను

# భారతీయ ప్రమాణాలు

ఎమ్. రఘుపతి

భారతదేశంలో ప్రమాణాల నిర్ణయం నేటిది కాదు. మిక్కిలి పురాతన మైనది. ఇండస్ లోయ నాగరికతకు చెందిన మొహెంజొదారో మరియు హరప్పా త్రవ్వకాలలో బయల్పడిన పురావస్తు అవశేషాలలో అనాడు ఒక విధమైన ఉత్పత్తుల ప్రమాణీకరణ



నియంత్రణ ఉన్నట్లు తెలుస్తుంది. సుమారు 100 A.D.లో రచింపబడిన మనుధర్మ శాస్త్రంలో తూకముల పట్టికలు, కొలతలు, ప్రమాణాలు నిర్ణయించ బడ్డాయి. ప్రతి అరేసి నెలలకు ఒకసారి పాలకుడైన రాజు వీటిని తనిఖీ చేస్తూండాలని, మోసగాళ్లను శిక్షించాలని వివరింపబడింది. చంద్రగుప్త మౌర్యుని మంత్రి కొటిల్లుని అర్థశాస్త్రంలో తూకపు పట్టికలు, కొలమానాలు ప్రమాణీకరించ బడ్డాయి. తరువాత కొద్ది మార్పులతో ఇవే భారతదేశంలో అమలులోకి వచ్చాయి. 1175-1526 A.D.లో మహమ్మదీయులు ఉత్తర భారతదేశాన్ని జయించినప్పుడు ఆకాలంలో ఉన్న ప్రమాణాలు

కొన్ని తెలుస్తున్నాయి. అల్లాఉద్దీన్ ఖిల్జీ తూకాల కొలతల పునర్వ్యవస్థీకరణ, షేర్షా షాస్త్రలో విధానం, అక్బరు చక్రవర్తి శ్రమబద్ధం చేసిన వస్తుల విధానం మొదలైన విషయాలు భారతదేశంలో తూకాలు, కొలతల ప్రమాణీకరణకు అంతగా తోడ్పడక పోయినా చరిత్రను చదువుకునే విద్యార్థులందరికీ తెలిసినవే.

కొనుగోలు వస్తువులలో విశిష్టతా నియంత్రణకు మొట్టమొదట 1909లో రైల్వే బోర్డువారు ప్రాతిపదిక వేశారు. కలకత్తా స్థానిక తయారీదారులపై తనిఖీకి ఒక ఇన్స్పెక్టరును నియమించారు. కలకత్తాలో 1913లో గవర్నమెంట్ పెన్స్‌హాస్ (ఇప్పుడు నేషనల్ పెన్స్‌హాస్) ప్రారంభింపబడింది. ఇక్కడ లాబోరేటరీలో ఒక ఫిజిసిస్ట్, ఒక కెమిస్ట్‌ను నియమించారు. 1925లో లక్నోలో రైల్వేలకు సెంట్రల్ స్టాండర్డ్స్ అఫీసు ఏర్పాటు చేయబడింది. దీనినిబట్టి చూస్తే పారిశ్రామిక ప్రమాణీకరణ రైల్వేవారు మరియు డిఫెన్స్ డిపార్టుమెంట్ వంటి పెద్ద సంస్థలతో ప్రారంభమైందని చెప్పుకోవచ్చు.

## క్రితగా ఏర్పడిన అగ్నిపర్యటం 90 అడుగులు లేచింది

అఖిలభారత మహాసముద్రంలో ఏకాంతంగా ఉన్న బీసెస్ డి. కునా అనే ద్వీపంలో బయలుదేరిన క్రొత్త అగ్నిపర్యటము అక్టోబర్ 1961లో కొంగిగంటల శాలలో 90 అడుగులు ఎత్తు లేచింది.

“ప్రాప్తించిన దానితోనే తృప్తిపడేవాడు సుఖభగ్గి.”

భారతీయ ప్రభుత్వ శిఫారసును అనుసరించి ఆగస్టు 6, 1919 నుండి ది ఇన్స్టిట్యూషన్ ఆఫ్ ఇంజనీర్స్ (ఇండియా) వారు బ్రిటిష్ స్టాండర్డ్స్ ఇన్స్టిట్యూట్ వారి ఇండియన్ కమిటీగా నియమింపబడ్డారు. ఆ కాలంలో భారతదేశంలో ముఖ్యంగా బ్రిటిష్ మరియు అమెరికన్ స్టాండర్డ్స్ (ప్రమాణాలు) అమలులో ఉండేవి. భారతదేశంలో లభించే ముడి పదార్థాల వైవిధ్యం వల్ల మరియు ఇక్కడ ఉత్పత్తులకు, తయారీలకు అనుసరింపబడే విధానాలు వేరుగా ఉండడం చేత దేశంలో బ్రిటిష్ మరియు ఇతర ప్రమాణాలు అనుకూలవంతంగా ఉండవని తెలుసుకున్నారు. కాబట్టి భారతదేశంలో కొత్తగా ఇన్స్టిట్యూషన్ ఒకటి ఏర్పాటు చేయాలనే అభిప్రాయం 1940 డిసెంబరులో లక్నోలో ఏర్పాటైన 12వ పారిశ్రామిక సమావేశంలో ఏర్పడింది.

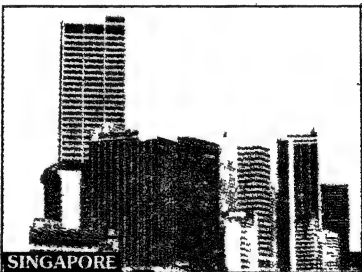
రెండవ ప్రపంచ యుద్ధానంతరం ఏర్పడిన సంక్లిష్ట ఆర్థిక పరిస్థితులలో వినియోగదారుల ప్రయోజనాలను సంగ్రహించడానికి ఒక సూతన ప్రణాళిక ఏర్పరచవలసిన అవసరం ఏర్పడింది. సక్రమ పారిశ్రామిక, వ్యాపార మరియు వ్యవసాయాభివృద్ధులకు తగినట్లుగా ఈ ప్రణాళిక ఉండాలని నిశ్చయించబడింది. ఈ విధంగా భారతదేశ స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించిన సంవత్సరం జనవరి 1947లో దేశంలో గల పారిశ్రామిక, వైజ్ఞానిక, సాంకేతిక సంస్థల సహకార సానుభూతులతో నేషనల్ స్టాండర్డ్స్ బోడింగ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ ఇన్స్టిట్యూషన్ (ISI) స్థాపించబడింది.

నేషనల్ స్టాండర్డ్స్ (జాతీయ ప్రమాణాలు)ను తయారుచేయడం, వాటిని ఉపయోగించేటట్లు చూడడం, కొలతలు ప్రమాణాలను గురించిన నిర్ణయాలను ప్రభుత్వంవారికి తెలియజేయుట, పరిశ్రమలలో విశిష్టతా నియంత్రణ ప్రమాణీకరణ, ISI గుర్తువేయడం, నిర్ణయాలు, ప్రమా

ణాలు గురించి స్టాటిస్టిక్స్ తయారీ మొదలైన కార్యక్రమాలన్నీ ISI సంస్థవారు నిర్వహిస్తారు. ప్రజా సంక్షేమాభివృద్ధికోసం ఈ కార్యక్రమాలు మిక్కిలి ప్రయోజనాత్మకంగానూ, సామర్థ్యవంతంగానూ కొనసాగించడానికి చట్టబద్ధం చేయవలసి వచ్చింది.

దీనిని అనుసరించి 1986 జ్యూలై ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ అక్ట్ ప్రకారం ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ ఇన్స్టిట్యూషన్ కి అధికారం ఇవ్వబడింది. ది జ్యూలై ఆఫ్ ది ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ ఏప్రిల్ 1, 1987 నుండి అమలులోకి వచ్చింది.

## జనాభా పెరుగుదల రేటు తగ్గినా సమస్య



అసియాలో సింగపూరు ఒక్కటే జనాభా పెరుగుదల రేటు తగ్గడంవల్ల తీవ్రమైన సమస్యను ఎదుర్కుంటుంది. వచ్చే 5 సంవత్సరాలలో సంవత్సరానికి 56,000 మంది పిల్లలు జన్మించవచ్చు. ఈనాడు సింగపూరులోని 2.6 మిలియను జనాభాలో వైదీయులు 75 శాతం, మలయా దేశ స్థులు 15 శాతం, భారతీయులు 6 మొదలు 7 శాతం ఉన్నారు.

"అత్తను చచ్చి పరమాత్మను గ్రహించాలి."

భారతీయ ప్రమాణాలను నిర్ణయించడం, ప్రచురించడం, ఆచరణలో పెట్టడం వంటివన్నీ బ్యూరో వారు చేపడతారు. ISI సర్టిఫికేటు ఇవ్వడానికి వస్తువు విశిష్టతా నియంత్రణాభివృద్ధికి లాబోరటరీల సంస్థాపన, పర్యవేక్షణ, వివిధ విషయాలను తెలియజేయడానికి గైడులు ప్రచురణ మొదలైన కార్యక్రమాలను ఈ బ్యూరో వారు అమలులో పెడతారు.

ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ జాతీయ ప్రమాణాలు. ఇవి అచ్యుతేయబడిన డాక్యుమెంట్లు. దీంతో విశిష్టతా నియంత్రణలో వస్తూత్పత్తికి కావలసిన ప్రమాణాలు వివరించబడి ఉంటాయి. ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ను బ్యూరోకి సంబంధించిన 2023 టెక్నికల్ కమిటీలు సిస్టమ్స్ అండ్ సర్వీసెస్, కెమికల్, సివిల్ ఇంజనీరింగ్, ఎలక్ట్రానిక్స్ అండ్ టెలికమ్యూనికేషన్స్, ఎలక్ట్రోటెక్నికల్, ఫుడ్ అండ్ అగ్రికల్చరల్, హెవి మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్, మెడికల్ ఎక్సిప్మెంట్ మరియు హాస్పిటల్ ప్లానింగ్, మెటలర్జికల్ ఇంజనీరింగ్, పెట్రోలియం, బొగ్గు మరియు దానికి సంబంధించిన వస్తువులు, ప్రొడక్ట్ ఇంజనీరింగ్, రివర్ వాలి ప్రొజెక్టులు, టెక్స్ షైల్స్ మరియు ట్రాన్స్పోర్టు, ఇంజనీరింగ్ మొదలగు వాటికి సంబంధించిన ప్రాతిపదిక ప్రమాణాలను పరీక్షిస్తూంటాయి.

పై కమిటీలలో 36,000 పైబడిన సభ్యులు ఉన్నారు. ప్రభుత్వరంగం నుంచి ప్రజారంగం నుంచి మరియు పారిశ్రామిక రంగం నుంచి ఈ కమిటీలలో మంచినిపుణులను నియమిస్తారు.

బ్యూరో సర్టిఫికేషన్ మార్కెట్ ప్రణాళికా ప్రకారం ఉత్పత్తిదారులు తయారుచేసే వస్తువులు ఇండియన్ ప్రమాణాల నిర్ణయానికి అనుగుణ్యంగా ఉన్నదీ, లేనదీ పరీక్షించి అవస్తూత్పత్తుల మీద ISI గుర్తును వేయడానికి 1986 బ్యూరో ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ చట్టం

క్రింద అధికారం ఇవ్వబడింది.

ప్రతీ లైసెన్స్ పరిశోధన పరీక్ష తప్పని సరిగా జరగాలి. లైసెన్స్ దీనిని ఖచ్చితంగా అనుసరించాలి. లైసెన్స్ అమలులో ఉన్నప్పుడు BIS ఇన్స్పెక్టర్లు అకస్మాత్తుగా వచ్చి ఉత్పాదక

## ప్రతిదినం ఒక కొత్త అవకాశం

మనలో చాలామంది జీవితంలో సదవకాశం విన్నూడో ఎదవస్తుందని నిరీక్షిస్తూ పూర్వంబాము అటువంటి అవకాశం కాస్తా జరిగితే తక్కువలు



పడబోతారు. మనస్థిర అంగైయ నాటికారుడు మేకేస్సయిర్ పంజాబు జీవిత ఎవారాలో అవకాశం వినియోగించుకుంటే అదృష్టంవరిస్తుంది అన్నారు.

వాస్తవానికి ప్రతిదినం ఒక కొత్త అవకాశం విన్నూడూనే ఉంటుంది. అవకాశం అనేది ఉత్సాహం కలిగించి అయితలించి ఉద్యమించమని నిజాయం దొందమంటూ సమీపతద్యుడు ఉంటుంది. జరిగియున్న సదవకాశాలను వివరించుకు కీణేనున్న దానిని గురించి చింతించకు గతించిన రోజు గతించింది. ప్రతి సూర్యోదయంతో ఉద్యమిస్తుంది మరీకొత్త అవకాశం సదావియోగం చెనుకో

"అత్తను కోల్పోయిన లోకాన్నంతా జయించినా కాలతి సమకాలికుడు."

సంస్థలలో పరిశోధించి పరీక్ష ప్రణాళిక సక్రమంగా అనుసరింప బడుతున్నదీ, లేనిదీ తెలుసుకుంటారు. ఉత్పాదక రంగం నుంచీ, మార్కెట్ల నుంచీ శాంపిల్స్ను సంగ్రహించి ప్రత్యేకమైన లాబొరేటరీలలో వాటిని పరీక్షిస్తారు. వినియోగదారులు కొనుక్కున్న వస్తువులు విశిష్టతా ప్రమాణాలకు సమంగా లేనప్పుడు ISI మార్కెగల వస్తువులను పిదాయించే సదవకాశం వినియోగదారులకు ఉంది. కేబిల్స్, బిస్కెట్లు, సిరాలు, వంపులు, మోటార్లు వగైరా కూడా బ్యూరో ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్స్ వాలంటరీ ప్రణాళికలో చేర్చబడ్డాయి.

భారతీయ ప్రభుత్వం వారు కొన్ని వస్తువులకు సర్టిఫికేషన్ ప్రణాళిక చట్టబద్ధంచేసి సుమారు 121 వస్తువులు తప్పకుండా సర్టిఫికేట్ పొందాలని నిర్ణయించారు. ఎల్పిజి సిలిండర్లు, వాల్చులు, మిథాయిరంగులు, వనస్పతి, 18 లీటర్ల చదరపు డబ్బాలు, బాటరీలు, ఎలక్ట్రిక్ ఇన్ఫర్మేషన్ వాటర్ హీటర్లు, ఇళ్లలో వాడుకునే 2 ఆంప్స్ సిగ్నల్లు, 3 పిన్ ప్లగ్లు సాకెట్ బెట్లెట్లు, ఎలక్ట్రిక్ స్ట్రాలు వగైరా అన్ని చట్టబద్ధంగా పరీక్షా ప్రణాళికలో చేర్చబడ్డాయి. ప్రత్యేక చస్తూత్తుల పరీక్షకు అనువైన సాధనాలను కొనడానికి బ్యూరో సలహా సహాయక సేవాసౌకర్యం కలిగి ఉంటుంది. ముఖ్య కార్య నిర్వాహక విషయాలలో ఇంటర్నేషనల్ ఆర్గనైజేషన్ ఫర్ స్టాండరైజేషన్ (IOS) సభ్యులు, ఇంటర్నేషనల్ ఎలక్ట్రోటెక్నికల్ కమిషన్ (IEC) సభ్యులు కూడా సహకరిస్తారు.

ముఖ్యంగా వినియోగరంగంలో సహకరించడానికి స్టాండరైజేషన్కి బ్యూరో తగిన చర్యలు తీసుకుంటుంది. దీని హెడ్ ఆఫీసు న్యూఢిల్లీలో ఉంది. భారతదేశం అంతటా దీని శాఖలు ఉన్నాయి.

## రక్తంలో కొలెస్టరాల్ను కారెట్ తగ్గిస్తుంది

రక్తంలో కొలెస్టరాల్ ప్రమాణం తగ్గించుకోవాలంటే కారెట్ దుంచాలి, కాబట్టి ఉల్లిపాయలు ఎక్కువగా వాడండి. ఏడున్నెటిలోనూ కూడా



రక్తంలో కొలెస్టరాల్ను తగ్గించే కార్యక్రమం పెళ్లకే ఉంటుంది. రోజుకీ రెండు సుప్లంకల పరిమాణంలో కారెట్ దుంచాలి మూడువారాలపాటు చేస్తే ఆరోగ్యవంతుడు. రక్తంలో కొలెస్టరాల్ నిలువ సగటున 175 కంటే తక్కువగా ఉండిపోతే తెలుసుకోబడింది. పాదరణంగా పేను పదార్థాలలో ఉండే కొలెస్టరాల్ పెక్కు రక్తంలో కొలెస్టరాల్ను తగ్గిస్తుందిని మూడో తెలుసుకోబడింది. ఇది బైల్ ఆసిడ్లలో చెరుకుంది. లీవరులో బైల్ ఆసిడ్లు తయారయ్యానికి కొలెస్టరాల్ అవసరం కాబట్టి కొంతవరకే రక్తంలో వేరుతుంది. దీని వలనకాగా రక్తంలో కొలెస్టరాల్ ప్రమాణం తగ్గుతుంది.

ఉల్లిపాయ, కాబోజింమీద చేసిన పరీక్షలను ఏలవ మూడో ఇవే ఫలితాలు లభించాయి. ఆవిలో నంబు మరియు ధాత్యవంధలో ఉండే ఏడుకూడా కారెట్ ఆంతపెక్కువగా కాబోజింమీద కొలెస్టరాల్ను కొంతవరకు తగ్గించాయిని తెలుసుకున్నారు. ఉప్పు మరియు చిక్కుడు పోతగింజలలో ఉండేపేను కొలెస్టరాల్ను బాగా తగ్గిస్తుంది. కారెట్లో ఏడుకూడా చాలా ఉత్తమ రకం పేను దీనిలో కాలరీ నిలువ ఉండదు.

—డాక్టర్ సామంతుల

"కాపులకు రాధానాథులు లేవు, నేను అనాథల అనుమననం లేకుండా చేయగలను."

# అవీ - ఇవీ

**స్మితాపాటిల్ ఏడు భావలలో నటించింది**

సుప్రసిద్ధ భారతీయ సినీమానటి స్మితా పాటిల్ మరాఠీ, హిందీ, గుజరాతీ, తెలుగు,



మలయాళం, బెంగాలీ, కన్నడం - ఏడు భావలలో నటించింది.

\* \* \*

**ఆస్ట్రేలియాలో మూటికి రెండు వంతులు చెట్లు కొట్టేసారు**

ఆస్ట్రేలియాలో మూటికి రెండువంతుల వృక్షావరణాన్ని పూర్తిగా కొట్టేసారు. దీనివల్ల యూరోపియన్ వలసలు ఏర్పడిన 200 సంవత్సరాలలో 96 జాతుల మొక్కలు, జంతువులు అంతరించి పోయాయి. వ్యవసాయానికి ఉపయోగపడే భూమి 51 శాతం సగింది పోవడం వల్ల దీనిని తిరిగి సారవంతం చేయవలసిన అవసరం ఏర్పడింది. భూమి మీద నివసించే ఆస్ట్రే

లియాలోని వెన్నెముకగల జంతుజాతులు 18 అంతరించి పోయాయి ఇంకా 28 జాతులు అంతరించిపోయే పరిస్థితులలో ఉన్నాయి. స్థానికంగా పెరిగే 78 జాతి మొక్కలు అంతరించి పోయినట్లు ఊహించబడుతుంది. 200 జాతులు అంతరించిపోయే పరిస్థితులలో ఉన్నాయి. అనేక నదీ ప్రవాహాలు, వల్లపు భూములు, భూగర్భ జలాలు బాగా తగ్గి పోయాయి.

— సిఇఇఎస్ఎఫ్ఎస్ సౌజన్యంతో

\* \* \*

( 27 వ పేజీ తరువాయి )

రియల్ లైబ్రరీ, కలకత్తాలో ఇండియన్ స్టాటిస్టిక్స్ ఇన్స్టిట్యూట్ చెప్పుకోదగినవి.

15,000 లిఖిత గ్రంథాలతో ఉత్తర ప్రదేశ్ లో రాంపూర్ రాజాల్లైబ్రరీ, భారతీయ మరియు యూరోపియన్ భావలలో వివిధ విషయాలతో 23,000 గ్రంథాలు ఉన్న తమిళనాడు తంజావూరులో 'సర్వజీ మహారాజు' స్థాపించిన సరస్వతి మహల్ లైబ్రరీలు కూడా ముఖ్యమైన లైబ్రరీలు. 15,000 లిఖితగ్రంథాలు, 2,000 చిత్రాలు గల బీహారు పాట్నాలోని ఖుదాబక్ ఓరియెంటల్ పబ్లిక్ లైబ్రరీ, ఉత్తరప్రదేశ్ వారణాశిలోని సంస్కృత యానివర్సిటీ లైబ్రరీలు చాలా ముఖ్యమైనవి.

ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి లైబ్రరీయన్ చైనా తాత్విక శాస్త్రజ్ఞుడు లావోట్సీ (Lao Tse). 550 బిసిలో చైనా ప్రభువులు రాయల్ హిస్టారికల్ రికార్డుల రక్షణకై ఇతడిని నియమించారు.

“ఒకటిన్నె వందలైదు చవ్వాలి. నికు పంచనం చాసేవాటికి నిప్పు సాక్షాంగ వలదనమొసర్తు.”

ప్రపంచంలో 500,000,000  
మంది బౌద్ధులు



ఈనాడు ప్రపంచంలో మొత్తం 500,000,000 బౌద్ధులు ఉన్నారు. వీరంతా వివిధ భాషలలో గౌతమ బుద్ధుని ఉపదేశాలను అనుసరిస్తారు. శ్రీలంకా, మయాన్మార్ (బర్మా) థాయ్‌లాండ్, కొరియా, జపాన్, భూటాన్ మరియు చైనాలో బౌద్ధులు చాలామంది నివసిస్తారు.

\*\*\*

**‘వృద్ధి’ భూతలంమీద  
ఉపయోగపడే అస్త్రం**

భారతదేశంలో డిఫెన్స్ రీసెర్చి అండ్ డెవలప్‌మెంట్ అర్గనైజేషన్ వారు అభివృద్ధి చేసిన ‘వృద్ధి’ ఒక ప్రదేశం నుంచి మరో ప్రదేశం మీదికి భూతలం మీద ఉపయోగపడే అస్త్రం. దీనికి 250 కి.మీ.ల రేంజి ఉంది. యుఎస్ఎస్ఆర్, యుఎస్ఎ, చైనా, ఫ్రాన్స్ నాలుగు దేశాలు కూడా ఇటువంటి అస్త్రాలను అభివృద్ధి చేశాయి.

\*\*\*

40 దేశాలలో ISBN విధానం  
ఉపయోగింపబడుతుంది

దీ ఇంటర్నేషనల్ స్టాండర్డ్ బుక్ నెంబర్ (ISBN) విధానాన్ని ఇంటర్నేషనల్ స్టాండర్డ్స్ ఆర్గనైజేషన్ వారు 1969లో అనుమతించారు. ఇప్పుడు 40 దేశాలలో ఉపయోగింపబడుతున్న ఈ విధానం బ్రిటన్ లో కల్పించబడింది. దీనివల్ల బుక్ ఆర్డరింగ్ మరియు కేటలాగింగ్ సౌలభ్యమైంది.

\*\*\*

**మొట్ట మొదటి ట్రాన్స్ నిక్ విండ్  
టెనెల్ స్వదేశీ నిర్మాణం**

భారతదేశంలో పూర్తిగా మొట్టమొదటి ట్రాన్స్ నిక్ విండ్ టెనెల్ రూ. 2 కోట్ల వ్యయంతో బెంగళూరులో నిర్మించబడింది. వాయు విమానాల ఎయిర్ డ్రైనమిక్ మరియు ఎయిరోలాస్టిక్ మరియు స్పేస్ లాంచర్ మిస్సైల్లల పరీక్షలకు ఇది ఉపయోగ పడుతుంది. ఈ విండ్ టెనెల్ కి 12 మాచ్ (Mach) నెంబర్ వరకు వేగాలను పరీక్షించే శక్తి ఉంది.

\*\*\*

**ప్రపంచంలో గజ ఈతగాళ్లు**

ప్రపంచంలో ఉత్తర అమెరికా అలాస్కాలో సీల్స్ చాలా దూరం బాగా ఈడగలవు. అర్కిటిక్ శీతాకాలంలో ఇవి దక్షిణం వైపు ఈడుతూ పోతాయి. ఇవి ఎనిమిది నెలల పాటు సముద్రాలలో నివసిస్తాయి. ఇవి ఒక్కొక్కప్పుడు భూమిని తాకకుండా 6,000 మైళ్లు ఈడుతాయి. వసంత కాలంలో తిరిగి అలాస్కాకి చేరుకుంటాయి.

“చెన్నై మొల మరుదనివారు చిరరజస్వలు.”



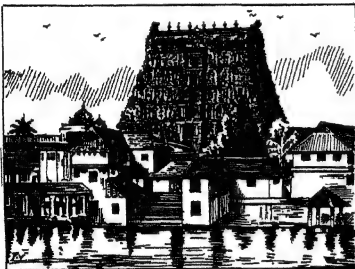
# తిరువనంతపురం

వి.ఎస్. శ్రీనివాసన్

కేరళ రాష్ట్రం రాజధానియైన తిరువనంతపురం ఒక అందమైన నగరం. నగరం ఏటవాలుగా ఉన్న ఒక చిన్న కొండపై ఉండడంచేత వర్షా కాలంలో వర్షాలకు చెత్తాచెదారం కొట్టుకుపోయి పట్టణం పరిశుభ్రంగా ఉంటుంది.

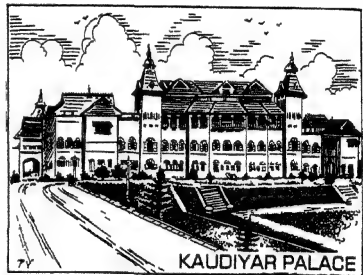
తిరువనంతరం (తిరు - అనంతపురం) అంటే పవిత్రమైన అనంత సర్వముపై పవళించి ఉండే విష్ణువు నివాసస్థలం. దీనినే త్రివేంద్రం అని సాధారణంగా పిలుస్తూంటారు. శ్రీవద్యనాభస్వామి దివ్యక్షేత్రమిది. పూర్వం అనంతశయనం అని చెప్పబడే ఈ దివ్యక్షేత్రం హిందువులకు పుణ్యక్షేత్రంగా అలరారుతూంది. 1750 లో రాజామార్తాండవర్య తన

కన్యించలేదు. కానీ నేడు మనం చూస్తున్న వద్యనాభ స్వామి దేవాలయం రాజా మార్తాండవర్య పాలనాకాలంలో బ్రహ్మాండంగా ప్రవృద్ధి పొందినట్టు లిఖిత ప్రమాణాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఈ విష్ణు ఆలయం దక్షిణ భారత శిల్పానికి ప్రతీక. ఏడు అంతస్తుల పెద్ద గోపురం ఏడు రుగా ఉన్న పుష్కరిణి అత్యంత రమణీయంగా ఉంటుంది. దేవాలయంలో విశాలమైన మంటపం చుట్టూ దివ్య విగ్రహాలు చెక్కబడిన



రాజధానిని వద్యనాభపురం నుంచి తిరువనంతపురానికి మార్చినప్పటినుంచి ఇది త్రావెన్కూర్ సంస్థానానికి రాజధానిగా ఉంటూంది. అనేక యుద్ధాలు చేసినందువల్ల పొందిన పాప నివృత్తికై రాజు కేరళ రాజ్యాన్ని పూర్తిగా వద్యనాభస్వామికి అంకితం చేసాడు.

నగరంలో శ్రీవద్యనాభస్వామి దేవాలయం చారిత్రకంగా అతిముఖ్యమైన ప్రదేశం. ఈ దేవాలయం ఎప్పుడు నిర్మించినది అధారాలు



300 స్తంభాలు అతివైభవంగా ఉంటాయి. గోడలపై చిత్రాలు అలంకరింపబడి ఉంటాయి. దేవాలయంచుట్టూ కోటలో అనేక ప్రాచీన రాజభవనాలు ఉన్నాయి.

త్రివేంద్రంలో నేడు కొడియార్ రాజభవనం, కనకకున్ను రాజభవనం, అబ్బర్యేటరీ, సెత్ర పేరియెట్ భవనం, లెజిస్లేటివ్ చెంబర్స్, విక్టోరియా జూబిలీహాల్, యూనివర్సిటీ భవనాలు మరియు కాలేజీలు ముఖ్యమైన పెద్దపెద్ద కట్టడాలు.

మ్యూజియం చుట్టూగల సుందరమైన తోటలో గల జంతుప్రదర్శన శాల భారత దేశంలో అత్యుత్తమమైనది. ఇక్కడే ఆర్ట్ గాలరీ

“ఏడుబేవారిని తిరుస్సావరభావంతో పరికించడం మనుగడకు చుట్టు.”

కూడా ఉంది. ఇప్పుడు సుప్రసిద్ధమైన చిత్ర కారుడు రాజా రవివర్మ మొదలు అనేక భారతదేశపు మరియు తూర్పు ఆసియా దేశపు చిత్రకారుల అపూర్వ చిత్రాలు అనేకం ఉన్నాయి.

పబ్లిక్ గార్డెన్స్ లో రాయి మరియు ఇటుకలతో నిర్మించిన మ్యూజియం శిల్ప సౌందర్యం అమోఘమైనది. ఈ మ్యూజియంలో అందమైన కంచు, రాతివిగ్రహాలు, వివిధ ఆభరణాలు, రకరకాల సంగీత వాద్యాలు, దంతపు బొమ్మలు ప్రదర్శించబడతాయి. 300 సంవత్సరాల



నాటి పురాతనమైన రథం, వివిధ కాలాలకు, రాజ్యాలకు చెందిన సంగీతవాద్యాలు, నాయర్ అవిభక్త నమిష్టి కుటుంబానికి చెందిన తరవద్ (ఇల్లు) మొదలైనవి కూడా మ్యూజియంలో ఉన్నాయి.

త్రివేండ్రంలో బీదేదగ్గరగా ఉన్న అక్కేరియం, అబ్బర్రేటరీ ప్రాచీన లిఖిత పుస్తక భాండారము కూడా సందర్శించ వలసిన ముఖ్యప్రదేశాలు. అనేక ప్రాచీన తాటాకు పుస్తకాలు ప్రాచీన లిఖిత పుస్తక భాండారంలో భద్రపరచ బడి ఉన్నాయి.

త్రివేండ్రంలో సెక్రటేరియేట్ భవనం 118

సంవత్సరాల పురాతనమైన కట్టడం: ఇది పెద్ద పెద్ద స్తంభాలపైన తెల్ల రంగుతో గ్రీకు స్థైలులో నిర్మించబడింది. యూనివర్సిటీ కాలేజీ, టౌన్ హాల్, వల్లిక్విట్రరీ భవనాలు కూడా చాలాప్రాచీనమైనవి. ఇవిప్రాచీన ఆంగ్లేయ శైలిలో నిర్మించబడ్డాయి.

త్రివేండ్రం దగ్గర వేలి నరన్న ప్రసిద్ధమైన కేరళభాక్వాడుర్నను స్ఫురింపజేస్తుంది. త్రివేండ్రంకు 16 కి.మీ. దూరంలో ఉన్న కరమన నది మీద అరువికార వాటర్ ఫర్మ్.



ప్రకృతి రమణీయమైన దృశ్యాలతో విలాస యాత్రలకు పిక్నిక్ లకు చాలాప్రసిద్ధి పొందింది. వశిష్టమకనుములక్రింద కొండ ప్రదేశాలలో విశాలమైన నెయ్యార్ డామ్ చెరువులలో పడవ ప్రయాణాలు విలాసవంతంగా ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా కూడా ఉంటాయి.

త్రివేండ్రంకు 61 కి.మీ.ల తూర్పుగా నముద్ర మట్టానికి 912 మీటర్ల ఎత్తున ఉన్న పొన్నుడి హిల్ స్టేషన్ కొండ విడిదిగా ప్రసిద్ధి చెందింది.

## ప్రపంచంలో మిక్కిలి

## ఆపురూపమైన మొక్క

ప్రపంచంలో సెలెబ్రెటీ వంటి మొక్క చాలా అపురూపమైనది. ఇది పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో హావాయ్ ద్వీపం మీద అంతరించినదాన్ని ఆగ్నేయ భారతపు పరిశుభాగంలో బయటపెడుతుంది.

"వర్తకాలకును పరిశుభాగంలో పునరావస్థను అనుమించేవారు జ్ఞానులు"

# వీరిని గురించి తెలుసుకోండి

రీటా హేవర్: 'ది లవ్ గాడెస్ ఆఫ్ ది ఫార్టీస్'గా ప్రసిద్ధిపొందిన హాలీవుడ్ సినిమా నటి. 'ది లవ్ ఆఫ్ కార్మన్', 'ది ప్రాబెరీ



జ్ఞాండి', 'ది లేడీ ఫ్రమ్ పాంగై' ఈమె నటించిన సుప్రసిద్ధ సినిమాలు.

\* \* \*

డా. చార్లెస్ గ్లెన్ కింగ్: సుప్రసిద్ధ పోషకాహార శాస్త్రజ్ఞుడు (Nutritionist). ఇతడు యుఎస్ఎ పిట్స్ బర్గ్ యూనివర్సిటీలో ప్రొఫెసర్ గా ఉంటూ 1932 లో నిమగ్ననం నుంచి విటమిను Cని వెరుచేసాడు. క్రొత్తగా కనిపెట్టిన దానిపై పరిశోధనలు వల్ల విటమిను C స్కర్వి తలలో చుండ్రు, పోషకాహార లోపాన్ని నివారిస్తుందని తెలుసుకోబడింది.

\* \* \*

మారీన్ కన్నెల్లి: అమెరికా దేశపు సుప్రసిద్ధ టెన్నిస్ ఆటగాత్రి. 1953లో 'గ్రాండ్ స్లామ్' (grandslam) ను సాధించిన మొట్టమొదటి మహిళ. ఈమె 1951 నుంచి 1954 వరకు దిగ్విజయంగా రాణించింది.

\* \* \*

ఎస్. గోపాలస్వామి అయ్యంగార్: భారత రాజ్యాంగ విధానాన్ని రూపొందించిన వారిలో ప్రముఖుడు. స్వాతంత్ర్య భారతదేశంలో ట్రాన్స్ ఫార్మ మరయు రైల్వేల మంత్రిగా ఉంటూ రెండవ ప్రపంచ యుద్ధ ఫలితంగా నేశంలో అస్తవ్యస్తమైన రైల్వే విధానాన్ని యుద్ధానికి పూర్వమున్న యధాస్థితికి తీసుకువచ్చాడు. కాశ్మీరు తగాదాలను గూర్చి సునిశిత పరిచ యంతో, యునైటెడ్ నేషన్స్ లో భారతదేశం తరపున అతి సమర్థంగా వాదించాడు.

\* \* \*

అజీ ముల్లాఖాన్: అతి సామాన్యమైన స్థితి నుంచి నానాసాహేబ్ పీష్వాబాదూర్ ఏజెంట్ గా ప్రసిద్ధిపొందిన మహనీయుడు. ఉత్తర ప్రదేశ్ కాన్పూర్ లో ఇతడు 1857లో (మొదటి స్వాతంత్ర్య యుద్ధం) తిరుగుబాటులో ముఖ్యపాత్రను వహించాడు. తిరుగుబాటు విఫలమైన తరువాత తన ప్రభువు నానా సాహేబ్ తో నేపాలు వెళ్లాడు. అక్కడ రోగంతో మరణించాడు.

\* \* \*

మిగతా 42 వ పేజీలో

## జపాన్ లో 150 కామిక్ మాగజైనులు

జపాన్ లో 150కి పైబడి వివిధ కామిక్ మాగజైనులు ప్రచురించబడుతున్నాయి. వీరిలో కొన్నిటి ప్రఖ్యాతమైనవి. వీరిని కలిపి యునైటెడ్ జపాన్ ఇంట్ అనే 300 పుటల వార్షిక పాఠానికి సాక్షాద్యమవుతున్నాయి. కామిక్ మాగజైనుల అమ్మకపుతుంది.

"నీవు చెప్పేదానిని సందేహించవద్దు. కానీ చెనేదానిని విశ్వసిస్తారు."

# చిట్టి దొంగతనకు చిన్న కథలు

బంగారం ఎవరిది?

ఇసయా మార్షన్

పూర్వం ఆర్యేనియాలో ఇద్దరు వ్యవసాయ దారులు ఉండేవారు వారిలో ఒకడికి ఒక కాడి ఎద్దులు మాత్రమే ఉన్నాయి. దున్నుకోడానికి వుట్టేడు నేలైనా లేదు. రెండోవాడికి భూమి మాత్రమే ఉంది ఎద్దులు లేవు ఈ ఇద్దరూ ఒకరిని విడిచి ఒకరు ఉండలేని ప్రాణస్నేహితులు కాబట్టి ఇద్దరూ కూడబలుక్కుని మొదటి నాని ఎద్దుల సహాయంతో భూమిని దున్నుకుని గింజలు జల్లి పొలం వండించుకుని వచ్చిన ఫలసాయాన్ని ఇద్దరూ సమంగా పంచుకోడానికి అంగీకరించుకున్నారు

ఒక రోజు ఒకడు పొలం 'దున్నుతూండగా నాగలి భూమిలో చిక్కుకు పోయింది వెంటనే నాగలికి కట్టిన ఎద్దులను విప్పి పారతో మట్టిని త్రవ్వ నాగలిని పైకి తీయడానికి ప్రయత్నిస్తూంటే ఒక చిన్న ఇనుపపెట్టె దొరికింది. దాని నిండా బంగారం ఉంది. పట్టరాని సంతోషంతో ఆ పెట్టెను తిరిగి మట్టిలో కప్పిపెట్టి తన స్నేహితుడి దగ్గరకు వెళ్లి విషయం చెప్పి వెంటనే వచ్చి ఆ పెట్టెను తీసుకోమన్నాడు.

దానికారైతు 'నేను తీసుకోను. నీకు ఆ పెట్టె దొరికింది కాబట్టి అది నీదే' అన్నాడు. 'కాదు కాదు అది నీ పొలంలో దొరికింది కాబట్టి దానికి పూర్తి హక్కు దారుడవు నీవే' అన్నాడు రెండో రైతు.

ఈ విధంగా కొన్ని రోజులు గడిచి పోయింది. బంగారం ఉన్న పెట్టె ఇద్దరిలో ఎవ్వరూ తీసుకోడానికి సమ్మతించలేదు 'నాకు వద్దంటే నాకు వద్దు' అంటున్నారు. ఇంతలో ఈ వార్త రాజు దగ్గరకు వెళ్లింది 'నేను

## బవరీకోస్తులో అడవుల పరిస్థితులు



అప్పుడు తనకు బవరీ కోస్తు పరిశాలలో 15 మిలియన్ హెక్టార్ల సహజమైన అడవులలో ఒక మిలియన్ హెక్టార్ల అడవును మాత్రమే 1965 సంవత్సరం మొత్తం సృష్టించి నిర్దేశన నిబంధనలను అనుసరించి 1965-66లో దానిని తరిమివేస్తూంది. ఇప్పుడు దాని విస్తీర్ణం 3,00,000 హెక్టార్ల అడవులు పోషకమైనవి ఉన్నాయి. ఇటుక సాలిన 5,000 హెక్టార్లలో మాత్రమే చెట్ల తిరిగి నాటబడుతున్నాయి. మిగతా స్థలంలో పెరిగే చెట్లనా బాగా పెరగడానికి అవకాశం లేదు కాలం ఎక్కువది కలసి విస్తారంగా ఎగుమతి చేయడంవల్ల అతని సంపద పూర్తిగా నాశనమైపోయింది.

— విజయవాడ ఎన్ఎస్ఎస్ సాహిత్యం

“భక్తిగీతలు ఉండాలేగాని, భగవద్వాక్త అందరికీ లభిస్తుంది.”

రాజుని. ఆబంగారం నాకు చెందాలి. ఎవ్వరిదీ కాదు' అంటూ బంగారం చూడడానికి పొలానికి వచ్చాడు. రైతు పెట్టెమూత తీసాడో లేదో దాని నిండా పాములు బుసలు కొడుతూ పైకి వచ్చాయి. భయపడి రాజు తనని మోసం చేయడానికి ఇలా చేసారని రైతులను దూషించాడు.

రాజు తిరిగి వెళ్లి, ఇద్దరు మంత్రులను సంపి ఆ రైతులను పట్టి చెరసాలలో పెట్ట మన్నాడు. వచ్చిన మంత్రులకు రైతులు పెట్టె మూత తీసి చూపించారు. ఆ పెట్టెనిండా ధగధగలాడుతూ మెరిసిపోతూన్న బంగారం ఉంది. పాములు కనిపించలేదు. మంత్రులు వెంటనే రాజుగారి దగ్గరకు వెళ్లి ఆ పెట్టెలో పాములు కాదు బంగారమే ఉందని చెప్పారు. రాజుకు ఏమీ అర్థంకాలేదు పెట్టెలో అందరికీ బంగారం కనిపిస్తూఉంటే తనకు మాత్రం ఎందుకు పాములు కనిపిస్తున్నాయి అని విభ్రాంతిపోయాడు

వెంటనే రాజుగారు ఊళ్లో పండితులనంద రిస్తే పిలిపించారు. జరిగిన సంగతి చెప్పి తనని కలవర పెడుతూన్న సమస్యకు పరిష్కారం చెప్పమన్నాడు. రైతులను రప్పించాడు పండితులు చెప్పే తీర్మానాన్ని చెప్పమన్నాడు. పండితులు 'మహారాజా! న్యాయం ప్రకారం ఇందులో బంగారం రైతులకు చెందాలన్న విషయం భగవంతుడికి తెలుసు. అందుకే మీకు ఇందులో బంగారం బదులు పాములు కనిపించాయి ఇతరులకు, రైతులకు కూడా అందులో బంగారమే కనిపిస్తోంది' అన్నారు. దానికి రాజు 'నిజమే, కానీ రైతులు ఇద్దరూ ఎవరికివారు తమకా బంగారం వద్దంటున్నారు. అది ఎవరికి చెందాలి' అని అడిగాడు. వెంటనే ఆ పండితుడు రైతులను పిలిచి 'మీకు పిల్లలు ఉన్నారా?' అని అడిగాడు. దానికి ఒకరైతు

తనకు ఒక కొడుకు, ఇంకోరైతు తనకు ఒక కూతురు ఉన్నారన్నారు. 'మహారాజా! ఈ పిల్లలు ఇద్దరికీ వివాహం చేసి ఆ పెట్టెలో ఉన్న బంగారం పెళ్లిలో వధూవరులను ఆశీర్వ దించి కానుకగా ఇవ్వండి అన్నారు పండితులు పండితులు చెప్పినదానికి రాజు మిక్కిలి సంతోషించి, రాజగృహంలో పెళ్లికి ఏర్పాటు చేయించాడు. బంగారం ఉన్న పెట్టెను వధూ వరులను ఆశీర్వదించి బహుమానంగా ఇచ్చాడు.

## ప్రతిరోజూ 40,000 మంది పిల్లలు మరణిస్తున్నారు



నీకమలచెకారలోపలపచ్చ మరయు ఇతిర రోగాలవల్ల 40,000 మంది ప్రతిరోజూ మరణిస్తు న్నారని ప్రపంచ పిల్లలు తెలియజేస్తున్నారు. భీకార మందుకు బంగారం లేక సాటిరా కన మెలియకు మంద పిల్లలు మరణిస్తున్నారు లేక ఏకలాదులై పోతున్నారు. వనపిల్లలలో అత్యధిక మైన మౌనరొడువుల అభివృద్ధి దొరుకుతున్న అస్సాం దేశంలో జీవిత ప్రమాణం చాలాలో సామాన్య ఇది యూలవేలో కంటే 20 సంవత్సరాల తక్కువ.

"కాంగ్రెస్ లో తీవ్రతనుబట్టి ప్రస్తుతంలో తీవ్రత పెరుగుతుంది."

# శామతేశ్వర

ఎన్. రామకృష్ణ

కర్ణాటకలో శ్రవణ బెళగలో 143 మీటర్ల ఎత్తైన ఇంద్రగిరి బెట్టమీద జైన మతాచార్యుడైన గోమతేశ్వరుని విగ్రహము 1000 సంవత్సరాలనాటిది. ఇంత బ్రహ్మాండమైన విగ్రహం ప్రపంచంలో మరెక్కడా లేదు. ఈ విగ్రహం ఒకే శిలలో చెక్కబడింది. వన్నెందు సంవత్సరాలకొకసారి ఈ విగ్రహానికి జరిగే మహామన్న



కాభిషేకం మిక్కిలి వైభవపేతంగా ఉంటుంది. మొట్టమొదటిసారి 1398 ఎ.డి.లో మహామన్నకాభిషేకం జరిగినట్లు లిఖిత ప్రమాణం ఉంది. జైనులకు ప్రధానమైన ఈ వుణ్య క్షేత్రంలో భారతదేశంలో ప్రాచీన రాజుల దిగ్విజయాలను తెలియజేసే ప్రాచీన నిర్మాణాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

హనన్ జిల్లాలో చెన్నరాయ పట్టణ తాలూకాలోగల శ్రవణబెళగలో మైసూరుకి 100 కి.మీ.లు మరియు బెంగళూరుకు 160 కి.మీ.ల దూరంలోను ఉంది. కన్నడ భాషలో

'బెళగలుం' అంటే తెల్లటి సరస్సు. ఇది ఊరిలో మధ్య ఉంది శ్రవణుడు అనే సుప్రసిద్ధ జైన మతాచార్యుడు ఇక్కడ నివసించేవాడు. అందుకే దానికి శ్రవణబెళగ అనే పేరు వచ్చింది.

ఇక్కడ రెండు బెట్టలు ఉన్నాయి. చంద్రగిరి బెట్ట మరియు ఇంద్రగిరి బెట్ట. ఇంద్రగిరి బెట్టపైన ఎత్తుగా ఉండే ఒక పెద్ద శిలను చెక్కి ఈ విగ్రహాన్ని తయారు చేసారు. ఇక్కడ 'కల్యాణతీర్థం' అనే మరో వుమ్మరిటి కూడా ఉంది. 983 AD లో రాచమల్ల నర్సారెడ్డిని చాముండరాయలు దానిని చెక్కించాడు. అరితనంబి అనే సుప్రసిద్ధ శిల్పకారుడు దీనిని చెక్కాడు. రాతి బెట్టలో నిర్మించబడిన 500 మెట్లు ఎక్కి విగ్రహం పాదాలను చేరవచ్చు. ధ్యానరూపంలో అత్యంత సుందరంగా చెక్కబడిన నిర్వాణస్థితిలోనున్న గోమతేశ్వరుని రూపం మిక్కిలి అద్భుతంగాను, ఆశ్చర్యంగాను ఉంటుంది. ఇంతకన్నా వైభవపేతమింకొకటి లేదని పెర్సానన్ తన అభిప్రాయాన్ని వెల్లడించాడు. అతి గంభీరంగా ఉన్న ఈ శిలాప్రతిమ భారతీయ శిల్పకళోత్కృష్టతను వెల్లడిస్తుంది.

ప్రేమ, భక్తి రెండూ ఒకటే

"చిద్దలను ప్రేమపై సుమకారం అంటాము  
పెద్దలను ప్రేమపై గౌరవం అంటాము  
భగవంతుని ప్రేమపై భక్తి అంటాము"

— అమ్మ

"మలుమెరి గుణాలలో సుల్లంగా ఒక వాడేమిటా  
అది మేము అనిపించదు."

# కలం స్నేహితులు

[మీ పేరు, వయస్సు, చిరునామా, హాబీలు ఈ శీర్షిక క్రింద ప్రచురింపబడాలంటే తగిన వివరాలతో సహా రూ. 5/- లు మనియార్డరు ద్వారా పంపండి.

— సంపాదకుడు]

1. ఇ. ప్రసాద్, ఎస్.ఎస్.సి., 20 సం.లు., ఇం.నెం. 2-4-680/52, సుందర్ నగర్, కాచిగూడ, హైదరాబాద్-500 027.

పత్రికాపఠనం, స్థాంపుల సేకరణ, రేడియో వినడం.

2. బి. వెంకటరాజు, ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం, 17 సం.లు., ఇం.నెం. 2-4-680/65/2, సుందర్ నగర్, కాచిగూడ, హైదరాబాద్ - 500 027

పత్రికాపఠనం, రేడియోవినడం, కలంస్నేహం.

3. బి. సురేంద్ర కుమార్, బి.ఎ, 25 సం.లు., C/o వాసవా శ్రీధర్స్, ఫెర్రిలైజర్స్ షాపు, పొన్నూరు, (గుంటూరు జిల్లా); 522 124.

స్థాంపుల సేకరణ, కలం స్నేహం, నాణెముల సేకరణ.

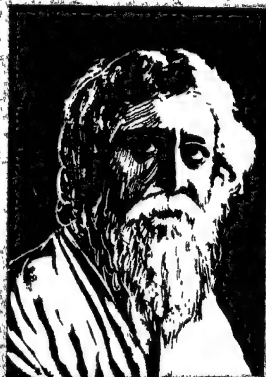
4. కుమారి జి.ఎన్. ఉషారాణి, 16 సం.లు., D/o జి.ఎన్. నరసింహులు, 75, ఆచారప్పన్ స్ట్రీట్, ఫస్ట్ ఫ్లోర్, మద్రాసు - 600 001.

టీవిలో వార్తలు వినడం, చదరంగం ఆడడం, సెలవురోజులలో బీచికి వెళ్లడం.

5. దామరకుంట శంకర్, 24 సం.లు., అనర అల్లి పోస్టు, సిరువంప తాలూకా, గడచిరోలి జిల్లా, (మహారాష్ట్ర) 442 504.

పుస్తకములు చదువుట, రేడియోవినుట, లోకసేవ చేయుట.

ఎక్కడ మనస్సు నిర్భయంగా ఉంటుందో



ఎక్కడ మనస్సు నిర్భయంగా ఉంటుందో  
అక్కడ మనమును నిర్భయంగా తలెత్త ఉదయకాలం  
ఎక్కడ విజ్ఞానం విరివిగా వెలుస్తుందో  
ఎక్కడ ప్రపంచం ముక్కులు ముక్కులై ఇరుకైన  
నిలసినపు గడలమధ్య విడిపోలేదో  
ఎక్కడ మాటలు తిగాడమైన సత్యంలో మంచి  
తయలుచెడితాయో  
ఎక్కడ విరామమైన అనిష్టలు నిర్భయంవలె  
చేతులు బాతుందో  
ఎక్కడ సరిమధ్య జ్ఞానభావం నిర్భయమైన ఆరాపు  
జడంలో ఇంకిపోదో  
ఎక్కడ మనస్సు నిరంతరం విడుదల బాధలలో  
కీ కారాలలోకి నడుచుకుంటుందో  
అన్నీ చూస్తూ నిరంతరం మేలుకొలుపుతుంటుందో  
— సురేంద్ర కుమార్

"ఉన్నత చరిత్రగల ఉత్తమోత్తములు వెళ్ళుతుంటారు."

# వివాదాలకు తెలుసా?

నీటిలో పెంగ్వీన్ వక్షులు  
అధిక వేగాన్ని అందుకుంటాయి  
నీటిలో పెంగ్వీన్ అద్భుతమైన వేగాన్ని



అందుకుంటుంది. ఇంత మహావేగంతో గాలి  
లోకి 7 అడుగులపైకి ఎగురుతుంది.

అమెరికనులు ఐస్క్రీమ్‌లు  
అధికంగా తింటారు

ఏ ఇతర దేశంలోకంటే యుఎస్‌ఎలో ప్రజలు  
ఐస్క్రీమ్‌ను అధికంగా తింటారు. ఇక్కడ  
ఒక్కొక్క వ్యక్తి 23 క్వార్ట్స్ కంటే ఎక్కువ  
ఐస్క్రీమ్ తింటాడు.

ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్ద బైబిల్

ప్రపంచంలో మిక్కిలి పెద్దబైబిల్‌లో 8,043  
పుటలుంటాయి. దీని బరువు 1/2 టన్ను.

ఇది యుఎస్‌ఎ లాస్ ఏంజెల్స్‌లో లూయీ  
వాజ్‌మెల్‌చే రబ్బరు అచ్చులతో చేతితో  
అచ్చువేయబడింది. దీని పరిమాణం 4 అ.  
1 1/4 అం × 2 అ. 9 1/2 అం.

మొట్టమొదటి పెలివిజన్ సాట్‌లైట్  
టెల్‌స్టార్ మొట్టమొదటి పెలివిజన్ సాట్‌లైట్.

మిక్కిలి పెద్ద ఓడ

బ్రిటిష్ సముద్రాలలో ప్రయాణం చేసే  
'క్వీన్ ఎలిజబెత్' భారం 83,673 టన్నులు.  
1938 లో ప్రవేశ పెట్టబడిన ఈ ఓడ మిక్కిలి  
పెద్ద ప్రయాణీకుల ఓడ.

ప్రపంచంలో అంతరించిపోయిన  
పెద్ద అగ్నిపర్వతం

అర్జెంటీనా అండ్‌స్ పర్వత శ్రేణిలో సెర్రా  
ఎకాన్‌కాగూవా (Cerro Aconcagua) అంత  
రించిపోయిన మిక్కిలి పెద్ద అగ్ని పర్వతం.  
6960 మీటర్ల ఎత్తైన ఈ అగ్ని పర్వతం  
దక్షిణ అమెరికాలో మిక్కిలి ఎత్తైనది.

క్లోనెస్ డ్రామా అంటే ఏమిటి?

నాటక ప్రదర్శనకు కాకుండా శ్రోతలు ప్రేక్షకులు  
గల సభలో చదవడానికి వీలైన నాటకము  
'క్లోనెస్ డ్రామా'.



బిలియర్స్ మొట్టమొదట  
ఫ్రాన్స్ లో ఆడబడింది

మొట్టమొదట 1429లో బిలియర్స్



ఫ్రాన్స్ లో ఆడబడింది. తరువాత 1588లో  
ఇంగ్లండులో ప్రవేశించబడింది.

ప్రపంచంలో రక్షణలేని పెద్ద  
తీరము

కెనడా మరియు యునైటెడ్ స్టేట్స్  
నిభజించుకున్న 9,000 కి.మీ.ల పొడవైన  
తీరము ప్రపంచంలో రక్షణ లేని పెద్ద  
తీరము.

అల్ఫ్రేషియన్ ప్రాణశక్తి

మిక్కిలి పెద్ద కుక్క అల్ఫ్రేషియన్ ప్రాణ  
వైపుణ్యం మానవుని ప్రాణవైపుణ్యంకంటే ఒక  
మిలియను రెట్లు ఉత్తమంగా ఉంటుంది.

ప్రపంచంలో సగానికిసగం మంది  
'టీ' త్రాగుతారు

ప్రపంచంలో 50 శాతం పెద్దవాళ్లందరూ  
'టీ' త్రాగుతారు.

\* \* \*

సాల్ఫీరైడ్ మొట్టమొదటి అమెరికన్  
మహిళా వ్యోమగామిని

మొట్టమొదటి అమెరికన్ వ్యోమగామిని  
సాల్ఫీరైడ్ 1983 లో అంతరిక్షంలోకి ఎగిరింది.

\* \* \*

కప్ప నాలుక నోటిలో ముందునుంచి  
పెరుగుతుంది

కప్ప నాలుక నోటిలో ముందుభాగంనుంచి  
పెరుగుతుంది. దీనివల్ల చాలా దూరంగా  
ఉన్న కీటకాలను, వురుగులను అందుకోగలు  
గుతుంది.

(36 వ పేజీ తరువాయి)

కాశీనాథ్ త్రంబక్ తెలాంగ్: బొంబాయిలో  
వుట్టి, పెరిగి, చదువుకున్న ఇతడు గొప్ప  
సంస్కృత వండితుడు. 'హిందూ లా' నిపుణుడు.  
మొట్టమొదటి ఇండియన్ నేషనల్ కాంగ్రెస్  
సమావేశానికి ఇతడు ముఖ్య కారకుడు. స్త్రీ  
సంక్షేమానికి, వయోజన విద్యకీ, పతిత  
జాతుల ఉద్ధరణకీ మిక్కిలి పాటుపడ్డాడు.

\* \* \*

కస్తూర్బా గాంధీ: గాంధీమహాత్ముని సర్వ  
వత్ని. భర్త జీవితంలో కష్టాలను, సుఖాలను  
వంచుకున్న మహాసాధ్య దక్షిణాఫ్రికా సత్యాగ్రహం  
నాటినుంచి అన్ని రాజకీయ పోరాటాలలో భర్తను  
అనుసరించింది. 1942 క్విట్ ఇండియా మూవ్  
మెంట్ లో పాల్గొన్నందుకు ఈమె చెరబట్టి  
బడింది. చెరసాలలో ఉంటూనే పూనాలో  
మరణించింది.

●

"పతనమిగిలిన ప్రపంచ చరిత్రలు మూడు—  
నిర్లక్ష్యము, అవినీతి, చారిత్రాము."

# విజయం హిందే వివేకనంతుడు

మా యోగశక్తి

పూర్వం ఒకప్పుడు చిత్రకూట్ అరణ్యంలో ఒక గురువు నివసిస్తుండేవాడు. అతడు గొప్ప జ్ఞాని, పండితుడు. ఇతడి కీర్తి నాలుగు దిక్కులా ప్రాకిపోయింది. వీరికి అనేకమంది శిష్యులు ఉన్నారు. ఈ శిష్యులలో సుశీల్, సుధర్మ అనే ఇద్దరు వీరిని మిక్కిలి శ్రద్ధా భక్తులతో సేవిస్తున్నారు.

ఒకరోజున గురువుగారు సుశీల్ ఇంటికి వెళ్లి 'ఓ శిష్య! నేను తీర్థయాత్రకు వెళ్ళాలని ఉన్నాను. వెళ్లేముందు నీకో వస్తువు ఇస్తాను. దానిని బహుజాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి. ఇదుగో బరాణీ గింజ, దీనిని అతి భద్రంగా కాపాడాలి. నేను వచ్చిన తరువాత దీనిని నాకివ్వాలి. నీవు చాలా బుద్ధిశాలివి. విజ్ఞానవంతుడవు. నీవు నా ఉపదేశాలన్నీ బాగా గ్రహించావు అనుకుంటాను. నేను ఈరోజే వెళ్ళిపోతున్నాను. నేను ఎప్పుడు తిరిగి వస్తానో చెప్పలేను' అన్నాడు. దానికి శిష్యుడు నమ్మించి దానిని జాగ్రత్తగా ఉంచుతానని వాగ్దానం ఇచ్చాడు. గురువు వెంటనే వెళ్ళిపోయాడు.

సుధర్మ ఇంటికి కూడా గురువు వెళ్ళాడు. అతడికి కూడా ఒక బరాణీ గింజను ఇచ్చి వెళ్ళిపోయాడు. సుధర్మ ఆ గింజను జాగ్రత్తగా ఉంచి గురువుగారు వచ్చిన వెంటనే ఇచ్చేస్తాను అని చెప్పాడు.

గురువుగారు తీర్థయాత్రలు చేసుకుంటూ ఐదు సంవత్సరాలు గడిచిన తరువాత వచ్చి మొదట సుశీల్ ఇంటికి వెళ్ళారు. సుశీల్ గురువుగారికి ఘనంగా స్వాగతం పలికి సవర్ణులు చేసాడు. అనంతరం గురువుగారు సుఖంగా కూర్చున్న తరువాత బంగారపు పెట్టె గురువు గారి ముందు పెట్టి మీరిచ్చిన గింజ అతి

## 24 గంటలలో నీవు సాధించేది



నగదు భారంతో ఉన్న యువకుడవు అంటే 24 గంటలలో

నీవ్యాదయం 103.688 సార్లు కష్టపడుతుంది. హిరయం లోరకం 168,000,000 మైళ్ళ దూరముంది. నీవు 23,040 సార్లు ఉపవీర-తపసుకుంటావు. నీవు 438 మన ఆరుగులగాలిని లోపలకు పీల్చుకుంటావు.

నీవు 3 1/4 పౌండు అవరూప్తి పొందుతావు. నీవు 2.9 వ్యాధులను పదార్థాలను తొలగిస్తావు. నీవు 7/8 పౌండు స్వల్ప పదార్థాలను వినియోగిస్తావు. నీవు అనవసరమైనవికూడా పేరి 4,800 చూరల మాత్రాదశావు.

నీవు 750 సంవత్సరాలను కదులుస్తావు. నీగోళ్ళు 000046 అంతులకు వెలుగుతుంటాయి. నీ జుట్టు 01714 అంతులకు వెలుగుతుంది. నీ మెదడులో 7,000,000 కణాలు పనిచేస్తాయి.

—మార్క్ ట్వెన్.

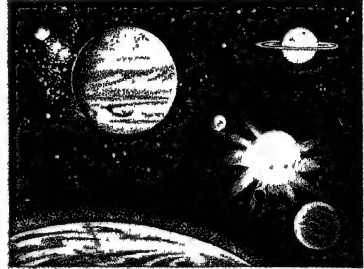
"విధి పారాలమిదు, వెళి వాళలమిదు చెప్పవలసి, చెడులెదు."

భద్రంగా ఇందులో ఉంచాను తీసుకోమన్నాడు. గురువుగారు సంతోషంతో చిరునవ్వు నవ్వి ఆ పెట్టెను తనతో తీసుకురమ్మని సుధర్మ ఇంటికి వెళ్లాడు. తీర్థయాత్రలకు వెళ్లివచ్చిన గురువుగారిని చూసిన వెంటనే సుధర్మడికి పట్టరాని సంతోషం కలిగింది. సుధర్మడు గురువుగారి పాదపద్మాలను పూజించాడు.

గురువుగారు 'నేను ఇచ్చిన గింజ జాగ్రత్తగా పెట్టావా?' అని అడిగాడు. దానికి శిష్యుడు 'గురువర్యా! మీరు వెళ్లిన తరువాత నేను దీర్ఘంగా ఆలోచించి మీరు చెప్పినది గ్రహించాను. సాధారణంగా అనునరింపదగిన నిజానం భేదించారు. బరాణీగింజ అంత నిలువైనదీ, అమూల్యమైనదీ కాదు. బస్తాల కొద్దీ బరాణీలు తీసుకు రావలసింది ఒకే ఒక గింజ ఇచ్చి దానిని జాగ్రత్త పెట్టమన్నారు. మీ ప్రయాణానికి, క్షేత్రాటనకి కాలవరిమితి లేదు. ఇన్నేళ్లపాటు ఒక గింజను ఎలా దాచుటను? దానిని భద్రంగా ఉంచి సకాలంలో సూమిని త్రవ్వి దానిని నాటాను. అది పెరిగి తమొక్క ఒక శేరు బరాణీలు ఇచ్చింది. నాకు సంతోషాలం ఉంది. ఆ బరాణీ గింజలన్నీ తిరిగి చల్లాను. అవి పువ్వులంగా పండాయి. గాతీని అమ్మి, ఆ డబ్బుతో తిరిగి కొంత సూమిని సంపాదించాను. తిరిగి గింజలు తీల్చాను. వంట బాగా పండింది. ఈ సాభాగ్యమంతా పరిచ్చిన గింజవల్లే కలిగింది. ఇదంతా బండే" అన్నాడు.

శిష్యులందరిలో సుధర్మడు, వివేకవంతుడని అంటే ప్రజ్ఞాశాలి అని గురువుగారికి తెలుసు. అటునే సుధర్మని ఆశ్రమంలో శిష్యులందరిలో పద్మవాడిని చేసి ఆశ్రమం నంరక్షించమని పు గురువుగారు ఆదర్శించి ముముక్షువుగా శ్రియోయాడు.

## ప్రతిగ్రహము సూర్యుని చుట్టూ 'పరావలయం'లో తిరుగుతుంది



1609 లో జర్మన్ ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞుడు జోహన్నెస్ కెప్లర్ వివిధ గ్రహాల గతులను వరిశీలించి, గ్రహాలు సూర్యుని చుట్టూ పరిభ్రమిస్తాయని, ఈ పరిభ్రమణ మార్గం కక్ష్య వర్తలమార్గంకాదని, దీర్ఘ వలయకారపు పరావలయం మార్గంలో నంబరిస్తాయని నిరూపించాడు

గ్రహ కక్ష్యల పరావలయ మార్గాలన్నిటికీ సరిగా కేంద్ర స్థానంలో సూర్యుడు ఉండడు భూమి సూర్యుని చుట్టూ పరిభ్రమించినప్పుడు భూమి సూర్యునికి 147,250,000 కి.మీ.ల దూరంలో భూకక్ష్యచివర ఉంటుంది. కక్ష్యకు మరియొక దూరం నుండి సూర్యునికి 152,078,850 కి.మీ.ల దూరంలో ఉంటుంది. భూమికి, సూర్యునికి మధ్య దగ్గర దూరంకంటే దూరంగా ఉండే దూరం 4 శాతం అధికం.

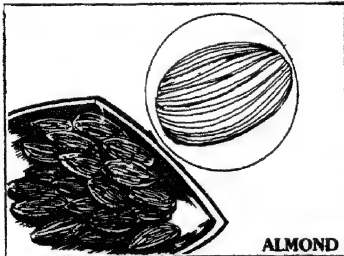
బుధుడు సూర్యుని చుట్టూ తిరిగేటప్పుడు ఒకచివర బుధ కక్ష్యకు 45,000,000 కి.మీ, మరియొక చివర 70,800,000 కి.మీ.ల దూరంలోను సూర్యుడు ఉంటాడు: సూర్యుని నుండి బుధుని దగ్గర కంటే, దూరంగా ఉండే దూరం 50 శాతం అధికం.

"మొద్దివికసించని వాడు చాల్చుడు."

## ఆరోగ్యానికి బాదంపప్పు

బాదం కాయల్లో అల్పాంశ్య శరీర ఆరోగ్యానికి, శరీరపుష్టికి, నిర్మాణానికి మరియు దీర్ఘాయుస్సుకు సహకరించే పోషకాంశాలన్నీ వీటియందు ఉండటం వల్ల ఇవి మన నిత్య ఆహారంలో ముఖ్యమైన పదార్థంగా ఉండితిరాలి

ఈ బాదం గింజలలో 20 శాతం శరీర నిర్మాణానికి, రక్తపుష్టికి అవసరమైన మాంస కృత్తులు ఉన్నాయి వీటిలో ఇంకా సులభంగా జీర్ణమయ్యే పాలిఅనసానురేటెడ్ ఫాట్ - క్రొవ్యు 50 శాతం, 4 శాతం కార్బోహైడ్రేటులు, కొద్ది పాటి సహజమైన చక్కెర ఉంటాయి ఇవి శరీర పోషణకు మిక్కిలి అవసరం



వీటియందు - భారాలను బట్టి సరిపోలిస్తే బీటడుంవలలో లభించే విటమిను B (థయామిన్) 10 రెట్లు, గ్రుడ్డులో లభించే విటమిను B (రిబోఫ్లావిన్) రెండు రెట్లు, ముడి గోధుమలో లభించేటంతటి నియాసిన్, అతికొద్దిగా విటమిను E ఉన్నాయి వీటియందు కార్బోయం ప్రమాణం పరిశీలిస్తే పాలలో లభించేదానికి రెట్టింపు, మిగడలో ఉన్నంత భాస్వరం, బీటడుంవలలో లభించే మంచి ఇనుము కూడా ఉన్నాయి

ఇవన్నీ కూడా చిన్నపిల్లల శరీరంలో నిముకల అభివృద్ధికి, ఆరోగ్యవంతమైన దంతాల పెరుగుదలకు, వృద్ధులు యౌవ్యనంగా ఉండడానికి సహకరిస్తాయి

బాదంపప్పు ప్రతీరోజూ అతికొంచెం - 10 గ్రాములు తిన్నా చాలు నీలో అద్భుతమైన ప్రక్రియ జరుగుతుంది కాయల పై పెంకును కొట్టి లోపలి గింజలపై గోధుమరంగు తీక్కును తీసి పచ్చివి అలాగే తినవచ్చు లేక వేరుశనగ గింజలులాగా కొద్దిగా వేయించి ముద్దగా నూరి పొద్దుబీహూట పాలలోగానీ, గంజిగాగానీ కలుపుకోవచ్చు పొంగలేలో, పాయసంలో, లడ్డులలో వేసుకోవచ్చు. పాలలో కలిపేటప్పుడు కొద్దిగా పళ్ళరనం కూడా చేర్చటం మంచిది

### వాయిదాలు వేయకు!

కాలం విలువ తెలుసుకో ప్రతీక్షణం వట్టుకో వదలకు అనుభవించు సోమరితనం వద్దు బద్ధకం వదలుకో టలాయించకు ఈ క్షణం ఇప్పుడు చేయవలసినది రేపు మాపు అని వాయిదా వేయకు

-లాక్ష్మి ఛెస్టర్ ఫీల్డ్

### జంతువులకు పక్షులకు భాషలు ఉన్నాయి

జంతువులు సాధారణంగా శబ్దంచేత, వాసన చేత, అంగవిక్షేపం వల్ల వరపుర భాషలు తెలియ జేసుకుంటాయి రాసున్న అపాయాలను తెలియ జేసుకోడానికి జతకూడడానికి, విలవడానికి వట్టులు రకరకాల కూతలు కూస్తాయి

“కలం వట్టుడం కంటే హలం వట్టుడం ఎక్కువ గౌరవప్రదం అని తెలుసుకునే వరకూ ఏ జాతీ భాగువడదు”

# భయంతో ఆశం పొందండి

ఆర్ట్ పెట్టింగ్

భీతివల్ల వసులు అద్భుతంగా సిద్ధిస్తాయి కానీ భయానికి లొంగిపోతే ఆర్థికంగా, శారీర కంగా, మానసికంగా నిన్ను నీవు సర్వనాశనం చేసేసుకుంటావు. ఎన్నికష్టాలైనా ఓర్చుకుని కొంతమంది వాస్తవాన్ని అనుభవిస్తారు. జరిగే దానికి అనలు భయపడిపోరు. అయితే కొంత



మంది ఏం జరుగుతుందో అనే భయంవల్లనే క్రుంగిపోతారు. భయాన్ని అవగాహన చేసు కుంటే భయంతో సులభంగా ఎన్నో లాభాలు పొందవచ్చు.

భయమనేది బాధాకరమైన మానసిక వేదనగా వరిణమించే ఉద్యోగం. ఏదో చెడువు కలుగుతుంది అని రాబోయే అపాయానికి దిగులు పడిపోతాం. భయం మనస్సాధీనంలో లేకపోతే ఆలోచనాశక్తి పోతుంది. మంచి వెద్దల వివేక జ్ఞానం ఉండదు. మనిషిని క్రుంగదీయడం భయానికి ఎంతో సులభ సాధ్యం. అనవసరమైన విషయాలు పెరిగి పోతాయి. అనలు విషయం అవకతవకలై పోతుంది.

మానవుని మనస్సు కంప్యూటర్ లా వని వస్తుంది. మనస్సులో భయం వూర్తిగా నీ

శరీర విధానం మీద ప్రవర్తిస్తుంది. గుండె నొక్కుకు పోతుందనిపిస్తుంది. భయం ఏవిధంగా ప్రవర్తిస్తుందో తెలుసుకుంటే దానిని లాభకరంగా వినియోగించుకోవచ్చు.

1. భయంవల్ల ఉద్రేకం కలుగుతుంది : లాభం పొందాలంటే, లేక ఆనక్తి పెరగా లంటే ఉద్రేకం పొందాలి. ఏదైనా ముఖ్య మైన పనిచేసే ముందు భయంగా ఉంటే ఈ విషయం జ్ఞాపకంపెట్టుకో. ఉద్రేకం కలిగించని. ఆ ఉద్రేకం వల్ల నీ ఉత్సాహం పెరుగుతుంది.

2. భయంవల్ల చురుకుదనం ఏర్పడు తుంది : మామూలుగా ఉన్నప్పుడుకంటే భయవత్తప్పుడు వేగంగా పరుగెత్తుతావు. ఒకసారి కుక్క తరుముకు వస్తూంటే వేగంగా ఆరు అడుగుల గోడదూకేసి తప్పించుకున్నాను నేను.

3. భయంవల్ల సామర్థ్యం పెరుగుతుంది : తమ పిల్లలను సంరక్షించాలనే భయంతో ఎన్నోన్నో అసాధ్యమైన అద్భుతాలు ప్రదర్శించిన వీరమాతలు ఉన్నారు.

4. భయంవల్ల ఇంద్రియజ్ఞానం పెరుగు తుంది : ముఖ్యంగా భయంవల్ల స్మృతజ్ఞానం పెరిగిపోతుంది.

5. భయంవల్ల ఆలోచనలను తెలుసు కుంటావు : ఇది సాధారణంగా భయంవల్ల కున్నప్పుడు ఇతరులు ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నారో గమనిస్తే ఏర్పడుతుంది.

(మిగతా 55 వ పేజీలో)

“దర్శనంతో దానం చేసినంత మాత్రాన భర్తాత్ముడు కాదు.”

— డి. సీతారామరావు

## మోటువరసకి మోటు

ఏభాషలోనైనాబాషయొక్క శబ్ద స్వరూపం లోను, నిర్మాణంలోను జరిగే మార్పుల వల్ల, పదజాలానికి అర్థంలో కలిగే మార్పుల వల్ల భాషాపరిణామం జరుగుతుంటుంది. పదజాలానికి అర్థంలో కలిగే మార్పులవల్ల అర్థ విపరిణామం కూడా జరుగుతుంది. పదస్వరూపం మార్పు చెందకుండానే అర్థ విపరిణామం జరుగవచ్చు. పదస్వరూపం మారినప్పుడు అర్థం మార్పుచెందాలనే నియమం ఉండదు. తెలుగు భాషా పదజాలంలో ద్వని అనుకరణ పదాలు, నివృన్న రూపాలు, తద్విత రూపాలు, సమాసాలు, శబ్ద వల్లవాలు, ఆశ్రేడిత రూపాలు, లక్ష్యార్థ ప్రయోగాలు, జాతీయాలు అనేకార్థ పదాలు ఉన్నాయి. తెలుగు దేశ చరిత్రలో విజయనగరం, కొండవీడు, నెల్లూరు, అద్దంకి, రాజమహేంద్రవరము, వరంగల్లు, చంద్రగిరి వేరు వేరు కాలాలలో రాజధానులుగా ఉండేవి. అంతేగాక కృష్ణా, గోదావరి పరిసర మధ్యమండలం విద్యకు, సాభాగ్యానికి, సంస్కృతికి విద్యావంతులకు ఆటవట్ట యింది. తెలుగు దేశంలో ఏ ఒక్కటీ కొన్ని శతాబ్దాల పాటు సాంస్కృతిక కేంద్రంగా రాణించలేదు. కాబట్టి ఒకే పదం ఆయాప్రాంతాల పలుకుబళ్లతో రూపవైవిధ్యం పొందింది. ఒకే పదానికి ముఖ్యమైన అర్థంతో పాటు అర్థవ్యాప్తివల్ల అనేక అర్థాలు ఏర్పడ్డాయి. మాటవరసకి తెలుగు భాషలో 'మాట' అనే పదానికి అనేక అర్థాలు ఏర్పడ్డాయి.

అసలు మాట అంటే పదసము, పదము, నింద, వృత్తాంతము అనే రూఢి అర్థాలు ఉన్నాయి. ఇవేగాక పలుకు, వాక్యము, సందేశము, వార్త, చరిత్ర కథ, ప్రార్థన, తిట్లు అనే అర్థాలు కూడా ఉన్నాయి. ఇన్ని అర్థాలున్న పదం

మాట పలుకుబడులలో సహజార్థ మిచ్చేవి ఉన్నాయి, గూఢార్థమిచ్చేవి ఉన్నాయి, రూఢ్యార్థ మిచ్చేవి ఉన్నాయి, అన్యార్థమిచ్చేవి ఉన్నాయి, అపార్థాలు ఇచ్చేవి ఉన్నాయి.

మాటలాడుట ప్రసంగం అవుతుంది. మనస్సు నిలకడలేకుండా మాటిమాటికి మనస్సు మార్పుకునే వారు గడియకు ఒక మాట చెబుతారు. వాగ్దత్తం చేసేవారు అడిస మాట తప్పరు. వాగ్దానం చేసేవారు మాట ఇస్తారు. చెప్పిన ప్రకారం చేయకపోతే మాట తప్పిన వారవుతారు. అన్నమాటను తప్పని వారు పెద్ద మనుషులే, వందనీయులు.

**కేంద్రనాడి మండలం  
10,000 వార్తలను  
మెదడుకు వంపుతుంది**



మన శరీరంలో కేంద్రనాడి మండలం ప్రతి ఒక్క సెకండుకి 10,000 వార్తలను మెదడుకు వంపు తుంది. ఈ విధంగా మనస్సు అనేక శక్తి అవలంబిత అద్భుత శక్తిగా రూపొందుతుంది.

విద్యా సమున్నతమే మన ఉద్దేశం. మన ఉద్దేశమే భారతీయ ఉద్దేశం. శాంతి ఉన్నచోటే సత్తల ఉద్దేశం. సత్తల ఉద్దేశమే అసలవల ఉద్దేశం. అసలవల ఉద్దేశమే భగవంతుడు ఉద్దేశం.

మాటల చమత్కారం వ్యంగ్యం అవుతుంది. మాటలలో పట్టుదల ఉంటే మాటపట్టు ఉంటుంది. నిందలపాలైతే మాటపడతారు. నిష్కారాలాడేవారు ఊరికే మాటలాడతారు. ముందే జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మాట జారిన తరువాత ఏమనుకున్నా ఏంలాభం ఉండదు. తిట్లు ప్రారంభిస్తే మాటలు ముదురుతాయి. ఈకాలంలో ఇల్లు కట్టడం, పెళ్ళిచేయడం మాటలా? కొందరు మాటవరసకు ఏదైనా చెప్పినా నిజమే అని నమ్మేస్తారు. ఇంట్లోపని చేసేవారైనా అడ్డమైన మాటలు అంటే మాటపడరు. కొందరు అడిగిన దానికి జవాబుచెప్పకుండా మాటానుంతీ లేకుండా కూర్చుంటారు. అసలు చేయవలసిన పని సాధిస్తే గొప్పవాడివే అన్నమాట. కొందరికి దగ్గర ఉంటే ఒకమాట, దూరమైతే ఇంకోమాట. నోరు మంచిదైతే ఊరంతా మంచిదే అవుతుంది. కొంటేమాటలతోకొంపలు అంటు కుంటాయి. అంతం లేకుండా మాట్లాడే వారు మాటలకు పట్టుకుంటే వదలరు. నీకు నాకు అంతరాలు, అభిప్రాయాలు వేరైతే నీ మాట వేరు, నా మాట వేరు అవుతుంది. ఇలా ఇంకా ఎన్నో ఉన్నాయి.

ఇంత బ్రహ్మాండమైన మాట భగవంతుడు మనందరికీ ప్రసాదించిన వరం. భగవంతుడు ప్రసాదించిన ఈ 'మాటను' మనం వ్యర్థం చేసుకోకూడదు. అనవసరంగా మాట పడకుండా లాభసాటిగా ఉపయోగించుకోవాలి. దీనికి మంచిపట్టుదల, అభ్యాసం ఉండాలి. మాట మంచితో మర్యాదను అభివృద్ధి చేసుకోవాలి మనిషి శాశ్వతమా! మాటమాత్రం కలకాలం ఉండిపోతుంది. అంతేనా! పడునైన కత్తికి లేని వాడి వాక్కుకు ఉంటుంది. మంచి మాటతో శీలాన్ని పెంచుకోవచ్చు. మాట్లాడేటప్పుడు మన పంకల్యాలు, వాక్కులు ప్రతి బింబిస్తాయి. అసత్యపు మాటలు అనర్థాన్ని

తెచ్చిపెడతాయి. మనం వేయి మాటలకన్నా అతిగంభీరంగా శ్రవ్యంగా ఉంటుంది. ధర్మ బద్ధంగా ఉండడం నేర్చుకుంటే సంకల్పాలను ఉన్నదున్నట్టుగా చెప్పగలుగుతాము. అధిక ప్రసంగం వల్ల మాటకు, మనసుకు పాతు కుదరదు. మాట్లాడేటప్పుడు సంకల్పం, భావం, అచరణ అన్నిటికీ నమ్మైక్య భావం ఎర్పడాలి. నీవు వలీకే పలుకులో ఏకమైపోయి ఉభయించాలి. మాటలు దిగమ్రుంగకూడదు. మితంగా మాట్లాడడం అభ్యాసం చేసుకోవాలి. సాధ్యమైనంత తక్కువగా మాట్లాడి సాధ్యమైనంత ఎక్కువగా వినడానికి ప్రయత్నించాలి. ముందు వెనుక, మంచి చెడ్డ ఆలోచించి మాటలాడుతుండాలి. మాట్లాడే మాటలు ఎదుటివారికి ఇబ్బంది కలిగించేవిగా ఉండ కూడదు. అర్థభరితంగా, అసక్తి దాయకంగా మాట్లాడాలి. నిత్య జీవితంలో అనేక సన్నివేశాలలో అనేక మాటలు మాట్లాడుతుంటాం. మాట ప్రభావం మాటకాదు. మాటలో ఎంతోశక్తి ఇమిడి ఉంటుంది. మనవుడికి బలాన్ని ఇచ్చేది మాటే, బలాన్ని పోగొట్టేది ఈ మాటే. మంచి మాటతో ఎంతైనా సాధించవచ్చు. కార్య విఫలత, సఫలత కూడా మాట మీదే ఆధారపడి ఉంటాయి. జాగ్రత్తగా తూచి తూచి యోచించి మాట్లాడు.

— తాడూరి

## ప్రపంచ చరిత్రలో అధిక రక్తపాతమైన శత్రుత్వం

ప్రపంచ చరిత్రలో 20వ శతాబ్దం అత్యధిక రక్తపాతమైన శత్రుత్వంగా చరిత్రలోనెక్కినది. వివిధ యుద్ధాలలో 100 మిలియను మంది సైనికులు చనిపోయారు. రెండు ప్రపంచయుద్ధాలలో 50 మిలియను మంది జనం చనిపోయారు. 40 యుద్ధాలలో 40 మిలియను మంది మరణించారు.

“అరాశం—కుండ. గిన్నె చెంబు మొదలైన వాటి లోటలా

ఉంటుంది, వాటికి బయటా ఉంటుంటే లాభం

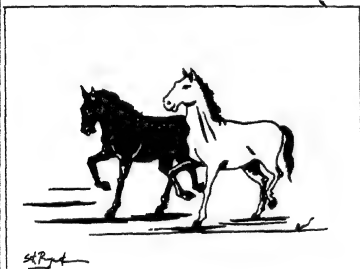
అంతలాత్మ రూపాలలోనూ, రూపాలమైతే ఉంటుంది.”

# మనస్సుని మచ్చిక చేసుకోండి

## స్వామీ సత్యానంద సరస్వతి

పూర్వం ఒక రాజు నివసిస్తూండేవాడు. ఆ రాజు దగ్గర ఒక అందమైన గుర్రం ఉండేది. అది చాలా బెదురు గుర్రం. దానిని మచ్చిక చేయడమే బ్రహ్మాండమైపోయింది. రాజు వినుగుచెంది చివరకు దానిని లొంగదీసిన

గుర్రాన్ని మచ్చిక చేసేవాడు 'రాజా! మీ గుర్రాన్ని భయపెట్టి దానితో పోరాడటానికి బదులు దాని ఇష్టానుసారం పరుగెత్తనివ్వను. కొంతసేపటికి అది ఆయనవడిపోయి అణకువతో లొంగిపోయింది" అన్నాడు.



వారికి మంచి అపురూపమైన బహుమానం ఇస్తానని ప్రకటించాడు. రాజుగారిచ్చే బహుమానం అంటే అందరికీ ఆశే. ఎంతోమంది ఆగుర్రాన్ని లొంగదీయడానికి వచ్చి తగిన ప్రయత్నాలు చేసారు. తమశక్తి సామర్థ్యాలను పూర్తిగా వినియోగించారు. కానీ ఏమీ లాభంలేక పోయింది. ఎంతటి బలవంతులైనా ఆగుర్రాన్ని సాధువుగా మార్చలేక పోయారు. వచ్చిన వారంతా విరమించుకుని వెనక్కి మళ్లారు.

కొన్నాళ్లకి ఒక కొత్త వ్యక్తి ఆ గుర్రాన్ని పట్టుకుని దానికి బెదురు లేకుండా మెల్లిగా నడిపించుకు పస్తూంటే రాజుగారు చూచి ఆశ్చర్యపోయి 'ఇంత మంది హేమాహేమీలు దీనిని మచ్చిక చేయలేక పోయారు. నీవు దీనిని ఎలా లొంగదీసావు?' అని అడిగాడు.

అదే విధంగా మన మనస్సుకూడా. తావ త్రయపడిపోయి మనస్సుతో పోరాటానికి దిగ కూడదు. పోరాటానికి దిగితే మనస్సు మరింత ఉద్రేకించి పోతుంది. స్వాధీనంలోకి రాదు. దీనికి గుర్రాన్ని లొంగదీసిన వివేకవంతుడు అనుసరించిన మార్గమే అనుసరించాలి. ఉద్రేకించిన మనస్సును దాని ఇష్టం వచ్చినట్లు చెలరేగనిస్తే కొంతసేపటికి నీ మనస్సు నీ స్వాధీనంలోకి వచ్చేస్తుంది. మనస్సును కళ్ళాలతో బిగించవద్దు. జాగ్రత్తగా గమనిస్తే దానంతట అదే కాంతిస్తుంది.

## ఎక్కడ కొట్టాలో తెలుసుకోడం

ఒక పెద్ద స్వర్గలో అకస్మాత్తుగా నిద్రను అగిరియి వనిచేయడం చూచేసరికి దీనిని చూసానని ఏయిమకుంబాడు అతడు నేనీమని నుద నుతితో ఒక దెబ్బ వేసాడు. వేంటున ఏమిని వనిచేయడం ప్రారంభించింది. అతడు దా 500 లకు బిల్లు వాస్తే మువ్వరి ముసాం నుతితో కొట్టినందుకు అంత పెద్ద బిల్లు అని ఆశ్చర్యపోతే బిల్లును వేసికే వెంటదొంగిలడిచిదాగా దాని ఇష్టానుసారం నుతితో ఒకసారి కొట్టినందుకు ఒకరూపాయి. ఎక్కడ కొట్టాలో తెలుసుకోడానికి దా 499లు అని అతడు బిల్లురాని ఇబ్బందు.

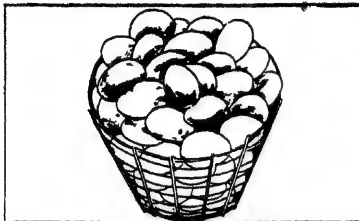
"మీకు కష్టాలు వచ్చినప్పుడు హిమాలయంలో స్థిరంగా నిలబడండి. ఇతరుల కష్టాలకు గంగలా కరిగి ప్రవహించండి."



# అక్కడా-ఇక్కడా

18 మిలియనువేల గ్రుడ్లు

నేడు ముఖ్యంగా వంజాబు, మహారాష్ట్ర, తమిళనాడు, ఆంధ్రప్రదేశ్ లలో 60,000



కోళ్ల పారాలు ఉన్నాయి. అయినా దేశంలో గ్రుడ్ల ఉత్పత్తి చాలా తక్కువ. మిలియను వేలు మాత్రమే.

— 'ఏకనామిక్ టైమ్స్' సౌజన్యంతో

\* \* \*

40 సంవత్సరాలలో 15,220

అంత్యక్రియలు సందర్భించాడు

యురప్ సెయిన్ లో మాంజనెర్స్ లో జోన్ కాబా అల్వరేజ్ అనే వ్యక్తి ఒక వింత హత్య ఉంది. ఇతడు అనేక మంది అంత్య క్రియలకు హజరయ్యాడు. 1913 లో ప్రారంభించి 40 సంవత్సరాలలో 15,220 అంత్యక్రియలకు హజరైయాడు.

\* \* \*

మందులకు లొంగని

మలేరియా పారసైట్

మానవులను ఆశ్రయించి జీవించే మలేరియా దేవులు ప్తి మందుకు లొంగ

కుండా ఉన్నాయని ఆస్ట్రేలియాలో క్వీన్స్ లాండ్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ రీసెర్చ్ డైరెక్టరు డా॥ చెప్ కిడ్సన్ చెబుతున్నారు. ఇక అయిదు మొదలు వది సంవత్సరాలలో దేమిలవల్ల కలిగే రోగాలకు ఇప్పుడు వాడుకలో ఉన్న ఔషధాలు ఏవీ పనిచేయవు.

5.36 మిలియను కుష్టురోగులు

వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్ వారి సమాచారం ప్రకారం ప్రపంచంలో సుమారు రెండున్నర లక్షల కుష్టురోగులు గ్రుడ్డివారై పోతున్నారు, లేదా వారికి దృష్టి ఎక్కువగా చెడిపోతుంది. దక్షిణ ఆసియా దేశాలలో ఉన్న 5.36 మిలియను కుష్టురోగులు విపరీతమైన నమస్యగా పరిగమించారు. ఇది ప్రపంచంలో ఉన్న మొత్తం కుష్టురోగులలో నగం.

కోకోకోలా కథ

1896లో పెద్దపెద్ద మూడుకోర్కూ బాసలలో ఉత్సాహం కలిగించే కొత్తరకం పానీయాలను తయారుచేయడానికి ప్రయోగాలు చేసే డా॥ జాన్ పన్ సెంబర్గ్ ఒకరోజును ఏళ్లలో పంచదార, రకరకాల నూనెగా లభించే ఎన్నెన్నులు తురులు చేర్చాడు. దీనిని తాగి చూచిన ఒక సైనికుడు ఇంకాగా బాకపోయి కొట్టాడు. దీనికి కోకో కలా అనిపెట్ట పెట్టు అన్నాడు ఈ రహస్యంను ఎప్పుడైనా తయారాక సెంబర్గ్ మరణించాడు. కోకోలా తయారుచేసే రహస్యంపట్ల అనేకవేల మిలియను డాలర్ల లాభం సహించి దీని సాకులు ఉపయోగించే విధానం ఇద్దరికీ తెలుసు. భద్రతకానం చిరధరంగా ఒక కారులోగారి, రైలులోగారి, విమానంలోగారి వ్రయాణం చేయరు.

“ఎవడు వివేకవంతుడైన (సారథి) బుద్ధిని కలిగి ఉంటాడో, ఎవడు (కత్తెం) మనసును తన ఆధీనంలో ఉంచుకుంటాడో అటువంటి రథికుడు ప్రపంచాన్ని చాటి పరమపదాన్ని పొందుతాడు.”

# అరటిపండ్లు

డా. హెచ్.ఎమ్.దేశాయ్

బాగా ముగ్గిన అరటిపండ్లు చాలావైక్ర మైనవి ఎక్కువ చక్కెర కలిగిన అరటిపండ్లలో కొద్దిగా ప్రోటీనులు, ఇనుము, ఖనిజము, A B<sub>1</sub> మరియు C విటమినులు ఉంటాయి. అరటిపండ్ల ఆహారపు విలువ కూడా చాలా అధికం. మధ్యరకం పరిమాణం కలిగి బాగా

విటమిను A లోపం వల్ల కైరస్టాల్మియా (xero phthalmia), కంటిపాపలో పొరదరకమైన ముందు భాగము కార్నియా (cornea) మెత్త బడిపోవుట, కెరటో మల్టస్యా అనే తీవ్రమైన కంటిరోగము, చర్మం బిరుసెక్కుట, దంతాలు క్షీణించిపోవుట, ఇంకా వివిధ సరాల రోగాలు సంభవిస్తాయి.

విటమిను B లోపిస్తే అలసట, తలనొప్పి, వికారము, వాంతి, చేతులు కాళ్లు తిమ్మిరులు ఎక్కుట మొదలైన ప్రథమలక్షణాలతో కూడిన బెరిబెరి (Beriberi) రోగం సంభవిస్తుంది.



పండిన అరటిపండులో సుమారు 7 టెన్సుల నారింజ రసానికి సమానమైన 90 కాలరీల ఆహారపు విలువ ఉంటుంది. వచ్చు లేక పండిన అరటికాయలలోగల 20 మొదలు 30 గ్రాతం పండినదాకం కాయపండినప్పుడు అదే పరిమాణంలో చక్కెరగా మార్పు చెందు తుంది.

అరటిపండులోగల ఇనుము చాలా తక్కువ. మనకు ప్రతిరోజూ అవసరమైన ఇనుము కూడా చాలా తక్కువే. ఒక టెన్సులో 1/2000 వంతు మాత్రమే. శరీరంలో రక్తానికి ఎరువు రంగునిచ్చి శరీరంలో వివిధభాగాలకు ప్రాణ నాయువును సరఫరా చేసే హెమిగ్లోబిన్ తయారీకి ఈఇనుము మనకు చాలా ముఖ్యం.

కంటిరేచీకటి (night blindness) నివారణకు కొంత పరిమాణము విటమిను A అవసరం

## సుభాషితాలు

ఎంత చదువు పదివి యెనిటి విన్నను  
పొందవగుణంబు నూనలేదు  
బొగ్గు పాల గడుదబోవున నైలంబు  
విశ్వాదిరామ విమరచేమా  
[నల్లటి బొగ్గును పాలతో ఎన్నిసార్లు కడి  
గినా ఆ నలుపు పోవుట, ఎంత చదివినా  
విన్న మంచి మాటలు విన్నా పినుట  
చెడ్డ గుణాలను చెడుచుడు.]

పద్దసంగబోదు పలెనపగారాదు  
కాసు చేసినట్టి దానఫలము  
ఉల్లముందు వరనకుండుట యోగంబు  
విశ్వాదిరామ విమరచేమా  
[కాసు చేసిన దానముయొక్క ఫలము  
ఇష్టమున్నా లేకపోయినా లభిస్తుంది  
కాబట్టి ఫలమును గురించి ఆలోచించక  
గోడు.]

“నెర్రులేనివాడు సుభాష్ని కోరీ కూడా తెలియక  
దుఃఖాష్ని కలిగించే పనులు చేస్తాడు.”

ఇదిబాగా ముదిరినప్పుడు ఊపిరి ఆడకపోవడం, గుండెదడ, నరాలవాపు, ఏర్పడతాయి. నకాలంలో చికిత్సపొందకపోతే గుండెపోటు వల్ల మరణం సంభవిస్తుంది.

విటమిన్ C (ఎస్కార్విక్ ఆసిడ్) అంటిస్కర్వి విటమిను. అలసట, ఆయాసము, బడలిక, గుండెకోట్టుకొనుట, నోటిలో దంతవు చిగుళ్లు మెత్తబడి వాటివెంబడి రక్తము కారుట, దంతములు ఊడిపోవుట, శరీరం అంతటా అక్కడక్కడ రక్తం ప్రవించుట, ముక్కుద్వారా రక్తము కారుట స్త్రీలలో అత్యధిక ఋతు స్రావము మొదలైన లక్షణాలన్నీ విటమిను C లోపంవల్ల కలుగుతాయి.

అరటిపండ్లవల్ల శరీరంలో అధికంగా క్రొవ్యు ఏర్పడదు. వీటిలో చాలాకొద్దిగా 0.2 శాతం క్రొవ్యు ఉంటుంది. ఈ క్రొవ్యు శాకానంబంధమైన క్రొవ్యు. అందుచేత దీనివల్ల రక్తంలో కొలెస్టరాలు ఏర్పడి ధమనులకు అసాయం కలుగదు.

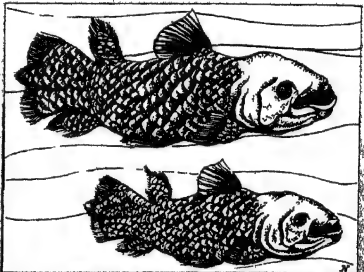
సాధారణంగా మధుమేహం (diabetes) లోగాధవడేవారు, పంచదార అధికంగా తినరాదనివారు అరటిపండ్ల వాడకంలో చాలా గ్రాత్రను వహించాలి. అధికంగా చక్కెర వాడకం వయోగిస్తే ధమనులు గట్టిపడిపోతాయి.

బాగా వండిన అరటిపండ్లు సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. అరటిపండ్లు వచ్చని వసువులగుల్లో ఉండి పైన ఇటుకరంగు మచ్చలు ఏర్పడినప్పుడు బాగా వండినవని తెలుసుకోవచ్చు. కొనులు అకువచ్చగా ఉన్న పండ్లు గం వండిన అరటిపండ్లు. వీటిలో పిండి దార్శం పూర్తిగా చక్కెరగా మారి ఉండదు. ఊపంటి అరటిపండు వంటకు వనికిస్తుంది.

బాగాముగ్గిన అరటిపండ్లు కొద్దిగా విరేచనకారి. రాత్రి పడుకునేముందు రెండు మూడు అరటిపండ్లు తినడం చాలా ఆరోగ్యదాయకం. ముగ్గిన అరటిపండ్లు ముద్దగా చేసి చంటి పిల్లలకు కూడా తినిపిస్తారు.

అరటిపండ్లు బాగా వండాలంటే వీటిని గది ఉష్ణోగ్రతలో వెచ్చని ప్రదేశంలో ఉంచాలి. అరటిపండ్లను రిఫ్రిజరేటర్లలో ఎప్పుడూ నిలువ ఉంచకూడదు.

## 'కోయెల్ కాంత్' మిక్కిలి అపురూపమైన చేప



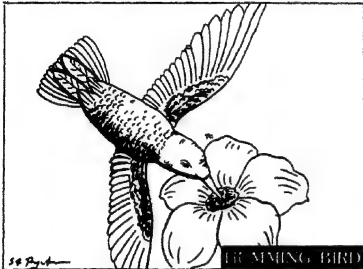
అఫ్రికా అగ్నేయ దిక్కు తీరంలో హిందూ మహాసముద్రంలో ఉండవచ్చు కలిగిన రెక్కలు (Fins) కలిగిన కోయెల్ కాంత్ (coelacanth) చాలా అపురూపమైనచే మూడు 60 మిలియను సంవత్సరాలకు పూర్వం పూర్తిగా అంతరించిపోయిన అదేమే చెబుతాడో చెందినది కాబట్టి సైన్సుకు కొన్నిబులు దీనిని లివింగ్ సాసిల్ (Living fossil) అన్నారు. 1938 లో దక్షిణ అఫ్రికా వద్ద ఒక పతనమైన కోయెల్ కాంత్ ను పట్టుకున్నారు. అంతవరకు అది కొలుజములని అనుకునేవారు. 1950లో మరికొన్ని కోయెల్ కాంత్ లు నడిగాన్యూరేకు ద్వారంగా కాపెరే ద్వీపంలో కనిపించాయి.

“ఉపదేశాల వల్ల కాదు, అనుభవించే కష్టాలవల్లే మానవుడు ఎక్కువ తెలుసుకుంటాడు.”

# అపూర్వ విషయాలు

హమ్మింగ్ పిట్ట ఎగురగలదు

హమ్మింగ్ పిట్ట ముందుకు, వెనకకు, పైకి



క్రిందికి ఎగురగలదు. గంట దాకా కదలకుండా గాలిలో స్థిరంగా కూడా ఉండగలదు.

\* \* \*

ప్రపంచంలో ఉత్తరదిక్కుకు మిక్కిలి దూరంగా నివాసయోగ్యమైన ప్రదేశం

ప్రపంచంలో ఉత్తర దిక్కుకు మిక్కిలి దూరంగా నివాసయోగ్యమైన ప్రదేశం గ్రీన్ లాండ్ లో ఆర్కిటిక్ వలయానికి ఉత్తరంగా 1,450 కి.మీ. దూరంలో ఉన్న డేనిష్ సైంటి ఫిక్ స్టేషన్.

\* \* \*

ప్రపంచంలో వైరెలెస్ సాధన సహాయంతో వట్టుబడ్డ మొట్టమొదటి నేరస్థుడు

ప్రపంచంలో వైరెలెస్ సాధన సహాయంతో వట్టుబడ్డ మొట్టమొదటి నేరస్థుడు డా.క్రిస్చన్.

ఇతడు 1910 జూలై 31న SS మాంట్రాన్ మీద కెనడాకు ప్రయాణం చేస్తూండగా నట్టు కున్నారు.

\* \* \*

వాటర్ల యుద్ధం  
వాటర్లలో జరుగలేదు

1815 జూన్ 18న చివరిసారిగా నెపోలియన్ ఓడిపోయిన వాటర్ల యుద్ధం వాటర్లలో జరుగ లేదు. వాటర్లకు 6 కి.మీ. దూరంగా జరిగింది.

\* \* \*

వెదురు పెరుగుతుంది!

వెదురు రోజుకి 91 సెం.మీ. ఎత్తు పెరుగు తుంది!

\* \* \*

సర్ గెర్హార్డ్ రిచర్డ్స్ 4870  
రేనులను గెలిచాడు

చాంపియన్ జాకీ సర్ గెర్హార్డ్ రిచర్డ్స్ 1921లో మొదటి పందెం గెలిచి తరువాత 4869 పందాలను గెలుచుకున్నాడు.

\* \* \*

7 నిమిషాలలో 21 అంగుళాల కుండపోత వర్షం

ఇంగ్లండ్ ఆక్స్ఫర్డ్ లో 1682 మే 31 న మేఘ విస్ఫోటనంవల్ల 7 నిమిషాలలో 21 అంగుళాల వర్షం కురిసింది!

“దయగలహృదయమే ప్రాప్తమందిరం.”

ఇంట్రాక్యులర్ తెక్స్ అంటే?

మన కంటిలోనల మబ్బుదేరి పోవడమే కాకురాళ్ళు. ఇది సాధారణంగా వృద్ధాప్యంలో ఏర్పడి దృష్టి మందగిస్తుంది. ఇటువంటి కంటిదృష్టిని సరిచేయడానికి ప్రస్తుతం బాగా ముదిరిన కాకురాళ్ళు శస్త్రచికిత్స చేస్తున్నారు.

మబ్బుడేరియోను అక్కికటకాన్ని శస్త్రచికిత్స వల్ల తీసేస్తే దృష్టి కలిగించడానికి మంచి కటకాన్ని తిరిగి అక్కడ పెట్టాలి. దీనిని మూడు విధాలుగా అమరుస్తున్నారు. స్పెక్టికల్ (spectacle) లెన్స్ వాడటం, కాంటాక్టు లెన్స్ 'పెట్టుకోవడం లేక ఇంట్రాక్యూల్ లెన్సు పెట్టడం.

సాధారణంగా కారులకు అవసరమైన తరువాత వాడే సౌక్యకల్పనను ప్రతినిబాన్ని 30 గాతం పెద్దది చేస్తుంది. వస్తువులు పెద్దవిగా కనిపిస్తాయి, దగ్గరగా ఉన్నట్లు కనిపిస్తాయి. దీని వాడకంలో నిత్యజీవితంలో వస్తువులు ఉన్న దాని కంటే పెద్దవిగా కనపడడం వల్ల అనేక చిక్కలు ఎగ్గడతాయి. మేడమెట్లు ఎక్కితూన్నాడు, దిగితున్నాడు మెట్లు సరిగా కనిపించవు. గ్లాసులో నీళ్ళు పోదామనుకుంటే ప్రక్కగా క్రిందికి వది పోతుంటాయి.

దళసరి అద్దాలు ఉపయోగించడంవల్ల అద్దం ప్రక్కల వర్ణభవనం ఏర్పడుతుంది. అద్దం వంధ్య భాగంలో నుంచి చూసిన వస్తువులే బాగా కనిపిస్తాయి. వస్తువులు వంకరగా కనిపిస్తాయి. తలుపులు, గుమ్మాలు, కిటికీలు ప్రక్కలకు జరిగినట్లు కంటికి అనతాయి. కళ్ళు కదిపితే వస్తువులన్నీ జరుగుతున్నట్లు కనిపించి దృష్టి అయోమయంగా ఉంటుంది.

ఒక కంటిలో మాత్రమే కాటరాక్టు ఉండి  
రెండవ కన్నా బాగుంటే శస్త్ర చికిత్స తరు

పాత స్పెక్టికల్స్ ఉపయోగిస్తే సాధారణ కంటిలో కనిపించే వస్తువులు బింబానికి, చికిత్స పొందిన కంటి ఆద్వాలతో చూసే బింబానికి పొందిక ఉండదు. రెండు బింబాలు విడివిడిగా కనిపిస్తాయి.

కాటాక్షు శస్త్రచికిత్స తరువాత దృష్టిని బాగుచేయడానికి కాంటాక్ట్ లెన్స్ ఉపయోగించడం రెండవ విధానం. కాంటాక్షు లెన్స్ ఉపయోగం వల్ల, స్పెక్టాకల్ లెన్స్ ఉపయోగం వల్ల కలిగే ఇబ్బందులను చాలావరకు తగ్గించుకోవచ్చు. కానీ కాంటాక్షు లెన్స్ పెట్టుకోడం, తీసివేయడం మరోపెద్ద సమస్య. చాలామంది వృద్ధులకు వణుకు ఉంటుంది. కాంటాక్ట్ లెన్స్ సమంగా కంట్లో పెట్టుకోలేరు. మృదువైన కాంటాక్ట్ లెన్స్ ను శుభ్రం చేస్తూ స్టెరిలైజ్ చేస్తూండడం మరో సమస్య. వీటిని శుభ్రం చేయకపోతే ఆనాక చిక్కులు ఏర్పడతాయి.

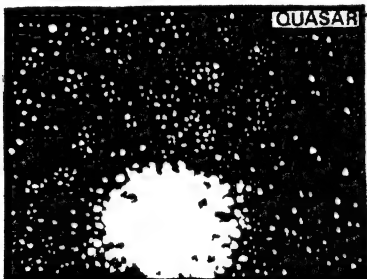
ఇంట్రాక్యులర్ లెన్స్ ఉపయోగిస్తే సెన్సిటివ్ నల్ల కలిగే సమస్యలుకానీ, కాంటాక్ట్ లెన్స్ పెట్టుకోకుండానల్ల కలిగే సమస్యలు కానీ ఏమీ ఉండవు. ఇంట్రాక్యులర్ లెన్స్ ఒక ప్లాస్టిక్ కటకము. దీనిని పాలిమిథైల్ మెథాక్రిలేట్ తో తయారు చేస్తారు. ఇది సహజంగా కంట్లో అమరేటట్టు బయో-కంపాటిబుల్ గా ఉంటుంది. కంట్లో దీనిని అమర్చినప్పుడు కన్ను నిరాక రించదు. కంటికి ఏబాధ ఉండదు. అధునిక మైన ఇంట్రాక్యులర్ లెన్స్ లను కంట్లో టూప్స్ తో అమర్చడంవల్ల ఇది జారిపోదు. ప్రతిఓంబాలు పెద్దవిగా కనిపిస్తాయని, నక్రీ భవనం చెందుతాయని భయం ఉండదు. ఈ సమస్యలన్నీ క్రొత్త ఇంట్రాక్యులర్ లెన్స్ వల్ల తీరిపోతాయి. (మిగతా ౧౭ పేజీల్లో

“అర్చి, అర్ధార్చి, జిజ్ఞాసువు, జ్ఞాని ఎవరు  
దేనిని కోరితే దానిని ఇస్తాడు భగవంతుడు.”

# విజ్ఞాన చీపిక

## ఖ్యాసార్

'ఖ్యాసార్' ఆకాశంలో ఒక బిలియను (1000 మిలియను) కాంతి సంవత్సరాల దూరంగా ఉండే సక్షత్రం వంటి ద్రవ్యము. ఇంతవరకు కనిపెట్టబడిన మిక్కిలి దూరంగా ఉండే ద్రవ్యాలు ఖ్యాసారులు. మొట్టమొదటి ఖ్యాసార్ 1959లో ఇంగ్లండులో రేడియో టెలిస్కోపు



సాధనతో కనుగొనబడింది. ఒక సంవత్సరం తరువాత ఇదే ఖ్యాసార్ కాలిఫోర్నియాలో పలోమర్ వర్తక శిఖరం వద్ద 508 సెం.మీ.ల ఆప్టికల్ టెలిస్కోపు సహాయంతో ఫోటోమీటరు బడింది. ఇవి ఆకాశంలో మిక్కిలి దూరంగా ఉండడంచేత చాలా మనకగా కనిపిస్తాయి. వీటికాంతి మనకు కనిపిస్తుంది. కానీ ఇవి మనకు కనిపించడానికి సూర్యకాంతి కంటే అనేక మిలియనురెట్లు అధికశక్తివంతమైన కాంతి కిరణాలు ప్రసరింపజేయాలి.

ఖ్యాసార్లు నిలకడగా సుస్థిరమైన శక్తివంత మగు రేడియో తరంగాలను ప్రసరింపజేస్తాయి. ఇంతవరకు విశ్వాంతరాళంలో కనిపెట్టబడిన ఇతరద్రవ్యాల కంటే ఖ్యాసార్లు అనేక మిలియను రెట్లు దట్టమైనవని రేడియో టెలిస్కోపుల

వల్ల తెలిసింది. శాస్త్రజ్ఞులకు ఇంకా ఈ ఖ్యాసార్లలో ఏమి ఉంటుందో అతువట్టలేదు.

\* \* \*

(46 వ పేజీ తరువాయి)

6. భయంవల్ల సంసిద్ధత ఏర్పడుతుంది: ఎటువంటి పెద్దపెద్ద అవదలవైనా ప్రయత్నతో తప్పించుకోవచ్చు.

7. భయంవల్ల విధులను వితర్కించుకోవచ్చు: భయం లేకుండా నిశ్చింతగా ఉన్నప్పుడు అవకాశాలను ఆలోచించలేవు.

8. భయం హెచ్చరిక నూచన: అమృతపు రిప్రజంటిటివ్గా ఏదైనా సమయంలో భయం కలిగితే నెమ్మదిగా ఆలోచించు. భయంపోయి ఉత్సాహం ఏర్పడుతుంది.

9. భయంవల్ల ధైర్యం ఏర్పడుతుంది: సాధారణంగా మనుష్యులలో పినరంత భయం ఉంటే దీక్షతో వనిచేస్తారు.

10. భయం వల్ల అత్యు విశ్వాసం ఏర్పడుతుంది: నాటకాలలో పాత్రలు ధరించే వారికి భయంలేకపోతే వణికి పోతారు. ఆ అదనపు శక్తి అతడికి అవసరం.

భయాన్ని పూర్తిగా అవగాహన చేసుకో. భయంతో జీవించడం నేర్చుకో. భయంతో లాభంపోదు!

—పారాల్ట్ అఫ్ హెల్త్ సాజన్యంతో

“సామర్థ్యం లోపించినప్పుడు కావట్యం పురోగమిస్తుంది.”

**పట్టుపరిశ్రమ 4,500 సంవత్సరాలకు పూర్వం చైనాలో ప్రారంభించబడింది**

పట్టుపరిశ్రమ సుమారు 4,500 సం.లకు పూర్వం చైనాలో ప్రారంభించబడింది. అరిస్టాటిల్



తనగ్రంథాలలో పట్టునూలు వాడకం గురించి ప్రస్తావించాడు 4వ శతాబ్దం BCలో గ్రీక్ ద్వీపకల్పం కాస్ (Cos) లో పట్టు పడక బడింది.

పట్టు పరిశ్రమ గురించి చాలాకాలం క్రిందట చైనాలో మాత్రమే తెలుసు. వారు దీనిని అతి రహస్యంగా ఉంచారు. కానీ ఇది క్రమక్రమంగా అన్నిదేశాలకు ప్రాకిపోయింది. 3 A D లో పట్టును జపాను, పర్షియా, ఈజిప్టులలో ఉత్పత్తి చేశారు. సుమారు 50 A Dలో పట్టుపరిశ్రమ యూరప్ లో విస్తరించింది.

### మోనోరైలు

భూమి అధారంగా ఉండే ఒకరైలు పట్టా మోనోరైలు. దీనిపై ప్రత్యేకంగా నిర్మించబడిన రైలుబండి నడుస్తుంది. నిర్మించబడిన డిజైనును బట్టి రైలు పట్టామీద నడుస్తుంది. లేక పట్టాపై ప్రేరణతుంటుంది. ప్రపంచంలో మొట్టమొదట

మోనోరైలు 1901 లో జర్మనీలో నిర్మించబడింది. ఈనాడు యుఎస్ఎలోను మరియు ఇతర అభివృద్ధి పొందిన దేశాలలో అనేక మోనోరైళ్లు నడుస్తున్నాయి.

### సంకరజాతి జంతువు

సంకరజాతి జంతువులు (Hybrid animals) రెండు వివిధ జాతులనుంచి జన్మిస్తాయి. సంకరజాతి జంతువులు వంశాభివృద్ధిని కలిగించలేవు. మ్యూల్ (కంచరగాడిద) మామూలు గాడిదకు, గుర్రానికి వుట్టిినది. గొడ్డుజాతి జంతువు.

\* \* \*

**భారతదేశంలో 2,680 సంవత్సరాలకు పూర్వం జింక్ లోహం పైపోటెక్సాలజీ విధానంతో శుద్ధి చేయబడింది**

సుమారు 2,680 సంవత్సరాలకు పూర్వం భారతదేశంలో పైపోటెక్సాలజీ విధానాన్ని అనుసరించి జింక్ లోహం శుద్ధి చేయబడింది. ఇటీవల 1746 లో విలియం చాంపియన్ బ్రిటన్ బ్రిస్టల్ లో అతడి జింక్ డిస్టిలేషన్ విధానాన్ని పేటెంట్ చేసాడు. భారతదేశంలో ఈవిధానం ఎప్పుడో ఉన్నట్టు రాజస్థాన్ ఉదయ పూర్ లో జావార్ వద్ద శిథిలాలుగా కనిపించిన కొలుములనుండి తెలుసుకున్నారు.

### బాక్సింగ్ రాబోతు

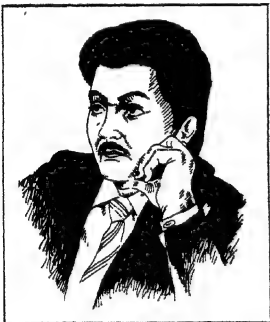
ఈశ్వరయ్య (జర్మన్ డెమాక్రాట్ ఎంపీ)లో డిజైన్లు అభివృద్ధి చేసిన ఒక రాబోతు ముప్పయ్యేండ్లం చేస్తుంది.

“అతికి మితికి మధ్యమార్గంలో సంతోషం స్థిరమైన శరణాలయము.”

# సమస్యలు - పరిష్కారము

రాబర్ట్ స్క్వార్జ్

దిగ్విజయాలను సాధించే సహన శీలుర రహస్యమేమిటి? అందరూ క్లిష్టపరిస్థితులకు లొంగిపోయి క్రుంగిపోతూంటే ఇటువంటి వారు వాటిని తట్టుకుని ఎలా బయటపడు తున్నారు? ఇతరులు పరాజయం పొందు తూంటే మీరు ఎలా గెలిచి రాజీందగలుగు



తున్నారు? ఇతరులు మునిగిపోతూంటే మీరు ఎలా బ్రతికి బయటపడుతున్నారు?

జవాబు చాలా సులభం. వారు శమ సమస్యలను గ్రహించే విధానంలోనే ఉంది రహస్యం. ప్రతి సమస్యను యధార్థ రూపంలో అనుభవ యోగ్యంగా చేబడతారు. అన్ని సమస్యలకూ ఉండే ఆరు మూలకారణాలను పూర్తిగా అవగాహన చేసుకుంటారు.

1. భూమిమీద జన్మించిన ప్రతి మానవునికి కూడా సమస్యలు ఉంటాయి: జీవితంలో ఏ సమస్యలు లేకుండా ఎవరూ ఉండరు. సమస్యలు లేని జీవితం భ్రాంతి. ఎడారిలో ఎండమావి వంటిది. వచ్చింది అడ్డ దారిలో పెడుతుంది.

2. ప్రతి సమస్యకూ కాల పరిమితి ఉంటుంది: ప్రతి వ్యక్తానికి శిఖరం ఉంటుంది. ప్రతిలోయకు అభాతం ఉంటుంది. జీవితానికి మెట్టవల్లాలు ఎగుడు దిగుళ్ళు ఉంటాయి. ఎవరికీ ఎప్పుడూ జీవితం ఉచ్చస్థితిలో, నీచస్థితిలో ఉండదు. సమస్యలు వాటంతట అనే సమసి

(11 వ పేజీ తరువాయి)

శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య ముంచిపివరయ్య. తన కాలాన్ని శక్తిని, సాధన సంపత్తిని మిక్కిలి జాగ్రత్తగా ఉపయోగించేవారు. ప్రభుత్వ సంబంధమైన సొమ్మును అనవసరంగా స్వంతానికి వెచ్చించేవారు కాదు. రాత్రిపూట అఫిసు వస్తులైన తరువాత స్వంతవస్తులకు తన దీపాలనే వెలిగించుకొనేవారు. ఒకసారి ప్రభుత్వం వారికి రిజిగ్నేషన్ ఉత్తరం ఇవ్వడానికి ప్రభుత్వం వారికి కారులో వెళ్లి తిరిగి రావడానికి తన కారును సిద్ధంగా ఉంచుకున్నారు.

శ్రీ విశ్వేశ్వరయ్య గొప్ప ధైర్య శాలి. అనేక సమస్యల విషయంలో బ్రిటిషు పాలకులకు గానీ, భారతీయనాయకులకుగానీ తన అభిప్రాయాలను నిర్వివాదానికి చెప్పగలిగే వారు. క్రమశిక్షణకు మిక్కిలి ప్రాధాన్యం ఇచ్చే వారు. సోమరితనం ఎప్పుడూ సహించలేరు. కాల నియమాన్ని పాటించాలని చెప్పేవారు. ఒకసారి అనుకున్న సమయానికి 5 నిమిషాలు అలస్యంగా వచ్చిన ఇంజనీరుని చూడలేదు.

102 సంవత్సరాలు పరిపూర్ణ ఆయుర్దాయంతో జీవించి, చివరి క్షణంవరకూ చురుకుగా పనిచేస్తూనే ఉండేవారు.

“ఒకరి దోషం చూసి పరిహాసం చెయ్యడానికి ప్రారంభించకు. నీదోషం ఇతరులకు మరీ పెద్దదోషంగా కనిపిస్తుంది.”



పోతుంటాయి. సమయం వచ్చినప్పుడు సమస్యలు పరిష్కార మవుతాయి.

ప్రతీ సమస్యకు జీవిత కాల పరిమితి ఉన్నట్లు చరిత్రవల్ల తెలుస్తూంది. ఏ సమస్య కూడా స్థిరమై ఉండదు. సమస్యలు గతించిపోతాయి. పర్లాలు కురిసిన తరువాత సూర్యుడు తీక్షణంగా ప్రకాశిస్తాడు.

3. ప్రతీ సమస్య ఆశాజనకంగా పరిణమించే అవకాశం ఉంది: ఒక - వస్తువును రహస్యంగా ఉంచడం వరమాత్ముని దివ్య ప్రభావం. ప్రతీ సమస్యలోను సృజనాత్మక శక్తి నిబిడమై ఉంటుంది. ఈ శక్తి నీకైనా ఉపకరించవచ్చు, లేక ఇంకొకరికి ఉపకరించవచ్చు.

ఒకరి క్షిప్త సమస్య ఇంకొకరి సదవకాశం. రోగులున్నారు కాబట్టి హాస్పిటల్లు బయలు దేరాయి. మానసిక దౌర్బల్యం వల్లనో లేక తెలియక నేరాలు చేస్తారు. కాబట్టి లాయర్ల వ్యాపారం కొనసాగుతూంది.

4. ప్రతీ సమస్య నీలో మార్పును కలిగిస్తుంది: మనను పట్టుకున్న సమస్యల వల్ల మనిషి మారతాడు. ప్రతీ వ్యక్తి కూడా సమస్యలతో సతమతమవుతాడు. సమస్యల చిక్కులో ఇరుక్కుపోయిన వారు మార్పుచెందకుండా ఉండలేరు.

5. నీ సమస్య నీకెలా పరిణమిస్తూందో నీవు తెలుసుకోగలవు: సమస్యలను, కష్టాలను నీవు అహ్యోనించి కోరి తెచ్చుకోక పోవచ్చు. కానీ సమస్యలవల్ల నీవెలా మార్పు పొందు తున్నావో తెలుసుకోవచ్చు.

జీవితంలో ఆసాధ్యం అని అనిపించే సమస్యల పరిణామాన్ని స్వాధీనం చేసు కుంటే వాటివల్ల కలిగే ఫలితాలను నియంత్రించుకోగలవు. సమస్యకు నీవు చెందే పరిణామమే ముఖ్యం. దానివల్లే

నీవు దయాగ్రహ హృదయుడవు కావచ్చు లేక కఠిన చిత్తుడవు కావచ్చు. జీవితం మధుర మయ్యెనా, చేదు విషమయ మైనా అంతా నీలోనే ఉంది.

6. ప్రతీ సమస్యకి ధనాత్మకమైన ప్రత్యాశాభావం ఉంటుంది: కష్టాలు కలకాలం ఉండవు. ఓర్పు, పట్టుదల గలవారు విరమించరు. ఇటువంటివారు జీవితంలో ఎటువంటి గడ్డు సమస్యలు వచ్చినా అవలీలగా సమాధాన పరచుకోగలుగుతారు. అదేవాస్తవ మైన రహస్యం.

'ఇది మానవుని వల్ల సాధ్యంకాదు. వరమాత్ముని సహాయంతో అన్నీ సాధించ గలం' అని ఆనుకుంటే ప్రతీ సమస్య సులభంగా తీర్చుకోవచ్చు. •

## గ్రంథాలు-గ్రంథరచయితలు



డా.జివాగ్	- బోరిస్ పాస్టెర్నాక్
బెల్-అమీ	- గుయ్ డి మోసాస్
క్రై, ది బిలవడ్ కంట్రీ	- ఆలాన్ పాటన్
కిమ్	- రుడ్ యార్డ్ కిప్లింగ్
క్రైమ్ అండ్ పనిష్మెంట్	- ఫిడోర్ డిస్టోయేవ్స్కీ

“పనిశేషం, శత్రుశేషం, ఋణశేషం ఆరని నిప్పులాంటివి.”

## ఆర్కేస్ట్రాంగ్ జ్యోతు ప్రదర్శనశాల

జూలై 20, 1969 రాత్రి సరిగ్గా 10.56 గంటలకు నీల్ ఆర్కేస్ట్రాంగ్ బూడిదరంగుతో మమ్మయ్యయమైన చంద్రమండలంమీద ఎడమ పాదాన్ని పెట్టాడు. అప్పుడు మానవునికి అత్యల్పమైన ఒక చిన్న అడుగునా మానవజాతికి ఇదొక అద్భుతమైన ముందంజ అని అంతరిక్షయోధుడు ఆర్కేస్ట్రాంగ్ అన్నాడు.



ఆగస్టు 1930లో ఓహియోలో దక్షిణ దిక్కుగా ఉన్న ఒక చిన్న వ్యవసాయ కుటుంబానికి చెందిన ఇంట్లో ఆర్కేస్ట్రాంగ్ జన్మించినప్పుడు ఓహియోలోని వాష్కోనేటా పట్టణంలోని ప్రజలందరికీ ఈ సుప్రసిద్ధ చరిత్రతో సంబంధం ఏర్పడిందని చెప్పకోవాలి. చిన్నతనంలో మూడు మోటార్లు ఏర్పాటు చేసిన ఒక విమానంలో 20 నిమిషాల వాయుప్రయాణం చేసిన ఆర్కేస్ట్రాంగ్ కి అంతరిక్షంలో ప్రవేశించి అక్కడ అద్భుతాలను తెలుసుకోవాలనే ఆభిలాష రేకెత్తించింది. నిజంగా జూలై 20, 1969న ఏంజరుగనున్నదో తెలియకుండానే

ఆర్కేస్ట్రాంగ్ తన 16 వ ఏట స్టూడెంట్ పైలట్ నర్టిఫికేటును పొందాడు.

ఈనాడు అతని స్వగ్రామం ఓహియోలో ఒక మిలియను డాలర్ల వ్యయంతో బ్రహ్మాండమైన నీల్ ఆర్కేస్ట్రాంగ్ వాయు మరియు 'వ్యోమ ప్రదర్శనశాల' ఉద్భవించింది. 14,000 చదరపుటడుగుల వైశాల్య ప్రదేశంలో వివిధ ఆకారాలలో ఆరుగులు, త్రోపలు ఇతర నిర్మాణాలు ప్రేక్షకులకు వింత కలిగిస్తాయి. ప్రేక్షకులు క్రిందికి గోతులలో చూస్తారు. పైన వ్రేలాడుతున్న విమానాలను చూస్తారు. ప్రక్కలలో గల దారులలో అనేకరకాల అంతరిక్షపు నరంజామాను చూస్తారు. పెద్దపెద్ద సౌరంగాలలోకి ప్రవేశిస్తారు. చిన్నచిన్న గోడలను దాటు తుంటారు.

తెల్లని పెద్ద డేము క్రింద ఆస్ట్రో ఫియేటరులో 7 ప్రాజెక్టర్లు అనేక ధ్వనివర్ణక యంత్రాలు మధ్య ప్రేక్షకులు అంతరిక్షానుభూతిని పొందుతారు. ఆర్కేస్ట్రాంగ్ ప్రదర్శనశాలలో ప్రేక్షకులను మోహింపజేసే అనేక అద్భుత వస్తువులు ప్రదర్శించబడుతున్నాయి. అనేక చిత్రాలు, ఫోటోలు, ఫిల్ములు చూపిస్తారు. ఇవన్నీ ఓహియో అంతరిక్ష సాధనాలను పూర్తిగా ప్రదర్శిస్తాయి. 19 మరియు 20 శతాబ్దపు ప్రథమదశలో బెలాను ప్రయోగాలు, ఎల్ ఐబర్, ఆర్కిల్లీ రైటుల వాయు విమానాలు, ఆస్కాలో 11 అంతరిక్షయాత్ర, నీల్ ఆర్కేస్ట్రాంగ్ చంద్రమండలంపై కాలుమోపదం వంటి అనేక ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు ప్రదర్శించబడతాయి.

— 'ది రోకీరియన్' సౌజన్యంతో

“నీతులు చెప్పేవారు వాటిని ఆచరించకపోతే ప్రయోజనం లేదు.”

# సహస్ర చంద్ర చంద్రులు

మానవజన్మ ఉత్కృష్టమైనది. మానవ జన్మ పూర్వజన్మ సుకృతంవల్లే లభిస్తుంది ఇట్టి మానవుల ముఖ్య లక్ష్యము జన్మ రాహిత్యం కలిగించుకోవడం. ఈ ముఖ్య లక్ష్య సాధన వల్ల 'మోక్షం' లభిస్తుంది. అదే 'వైకుంఠ ప్రాప్తి' దీనినే 'జీవబ్రహ్మక్యం' అంటారు అనలు మానవుడు ఎలావుట్టాడో అలాగే మరణిస్తున్నాడు ఈ జనన మరణాల మధ్య మానవుడు అనేక కష్ట సుఖాలను అనుభవిస్తాడు పరుసగా శైవం, బాల్యం, యౌవనం, శ్రావం, వృద్ధాప్యం అనే ఆయిదు అవస్థలను పొందుతాడు ఈ ఆయిదు అవస్థలు అనివార్యమే వీటిని మానవుడు అనుభవించి తీరవలసిందే. శైవంలోను, బాల్యంలోను హితమనిపించే వరసరము, రక్షణ, ప్రీతి, అనురాగము, చేతులు, కాళ్ళు అడించడానికి అవకాశము, బట్టల మార్పిడి, సమయాసమయానికి వృష్టికరమైన ఆహారం ఇవన్నీ సక్రమంగా జరిగిపోతూంటే శైవం సాఫీగా జరిగి పోతుంది. ఈ అవస్థలో పెరుగుదల తీవ్రంగా ఉంటుంది ఇదేవేగంతో మనుష్యులు, యౌవనం వరకూ పెరిగితే మనుష్యుల రూపం ఎలా ఉంటుందో వేరే చెప్పాలా? రాక్షస రూపం వస్తుంది శైవంలోను, బాల్యంలోను కాలం చాలా కుతూహలంగా గడిచిపోతుంది అనలు ఇతర ప్రాణులతో సరిపోలిస్తే మానవులు స్వాతంత్ర్యం పొందడానికి చాలాకాలం పడుతుంది ఇతర ప్రాణులు కొన్ని వెంటనే కొన్ని గంటలలో, కొన్ని రోజులలో, కొన్ని వారాలలో తమకాలి మీదతాము నిలుచుండి ఆహారం వెతుక్కోడానికి ఉపక్రమిస్తాయి. కానీ మానవుడు శైవం, బాల్యం దాటిన తరువాత తన ఆహారం తాను సంపాదించుకోడానికి ఎన్ని సంవత్సరాలు

కాలాలో వృద్ధిని బాబు సుమారు 3 నెలలకు బోర్లపడి, అటుఇటు ప్రాకడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. 7,8 మాసాలు వచ్చేటప్పటికి కూర్చోడం, 10వ మాసం వచ్చేటప్పటికి నుంచుని, అడుగులు వేయడం ప్రారంభిస్తాడు. మూళ్లాడటం కొందరికి త్వరగాను, కొందరికి ఆలస్యంగాను వస్తుంది దైహికంగా ఒక్కొక్కరి పెరుగుదల ఒక్కొక్క రీతిగా ఉంటుంది మనోధర్మాలలో మార్పులు ఏర్పడుతూంటాయి ఇవన్నీ అనువంశికంగా ఏర్పడతాయి.

వసిపిల్లలలో దైహికంగా పునశ్శేతన శక్తి చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది పైనుంచి క్రిందపడి తలకి ఎంత పెద్ద దెబ్బ తగిలినా

## నీ నిధులను లెక్కపెట్టుకో



చిన్ననాటి నీతిమను నిమనకట్టు పండిరాలను అనులలో కాదు అమూల్యమైన బంగారు మిడిమలతో నివ్వగలిగిన రోజులను లెక్కపెట్టు నిన్ను గడిపిన రాత్రులు నిద్రలతో కాదు ప్రకాశించే సక్రతాలతో లెక్కపెట్టు ప్రతి జన్మదివం సంకల్పంగా గడిపి సంవత్సరాలతో కాదు స్వహతులతో నివతున్నను లెక్కపెట్టు

"నీవ్యభావం నీమూటతీరునిబట్టి ఉంటుంది."

తట్టుకో గలుగుతారు తలమెత్తగా ఉంటుంది అరోగ్యం త్వరగా చేరుకుంటుంది పెద్దవారిలో ఇది సాధ్యంకాదు యౌవనంలోకి వచ్చేటప్పటికి దైహికంగా అనేక మార్పులు కనిపిస్తాయి మగ పిల్లలకు గడ్డాలు, మీసాలు వస్తాయి అడపిల్లలు ఋతుమతులు అవుతారు ఇటు వంటి మార్పులు అనేకం ఏర్పడతాయి ఇక ప్రాథమయస్కులో మానవులు పరిసరానుగుణ్యంగా బాంధవ్యాన్ని ఏర్పరచుకుంటారు ధార్మిక, సామాజిక, వైజ్ఞానిక, సాహిత్య క్షేత్రాలలో తగిన పాత్ర నిర్వహిస్తారు దైహిక మానసిక సామర్థ్యాలు ఈ కాలంలో అత్యున్నత స్థితిలో ఉంటాయి స్త్రీలలో సుమారు 50 సంవత్సరాలకు అండాణువులు ఉత్పాదన తగ్గిపోతుంది ఈ వయస్సులో స్త్రీ పురుషులకు వృద్ధాప్యం ఏర్పడుతుంది

వృద్ధాప్యం లేక ముసలితనం అంటే ముందుగా నెరిసిన జుట్టు, ముడతలు పడి పోయిన చర్మం, కుడించుకుపోయిన శరీరము, వినిపించని చెవులు, కనిపించని కళ్లు, నరాల బలహీనత ఏర్పడుతుంది అనలు 25-80 సంవత్సరాల మధ్య స్త్రీలు, పురుషులు కొంత ఎత్తు తగ్గిపోతారని ఫ్రాన్స్ లో జరిగిన సమీక్షలో తెలిసింది శరీరంలో ఎంజైముల ప్రభావం తగ్గిపోతుంది ఈవిధంగా దేహంలో అనేక పరిణామాలు ఏర్పడతాయి సామర్థ్యం క్షీణించిపోతుంది

అనుభవించవలసిన వృద్ధాప్యంలో మానవుడు ఎన్నెన్నో సమస్యలను ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది సాధారణంగా వృద్ధాప్యంలో అశక్తత ఏర్పడుతుంది వృద్ధులకు దురవస్థ, దుఃఖం అధిక మవుతుంది ఇంట్లో యువకులకు ఇటువంటి వృద్ధులు భారం అనిపిస్తారు యువకులైన కొడుకు, కొడులు ఉద్యోగం చేసుకునే రోజులవి ఇటువంటి ఇంటిలో వృద్ధుడైన

పెన్షన్ దారుడు - తండ్రి డబ్బు పెట్టుకుని అతిధిగా ఉండవలసివస్తుంది వృద్ధురాలైన తల్లి జీతబత్రాలు లేని పనిగత్తెగా ఉండవలసి వస్తుంది

ఏదైనా జీవితంలో ఏర్పడే అన్ని సమస్యలకు మనస్సు ముఖ్యకారణము వృద్ధులు నిశ్చింతగా నెమ్మదిగా కాలం గడుపుకోడానికి అనుకూల వాతావరణాన్ని ఏర్పరచు కోవాలి ఎదురయ్యే

క్రిస్ట్-జనాబులు : 1. (సి) 24 అక్షరాలు 2. (సి) పెండ్లి 3. (సి) విద్యార్థి 4. (డి) కేరళ 5. (సి) కంప్యూటర్ 6. (డి) బరిష్టా 7. (బి) గిట్స్ జుంకోరెడ్డి 8. (డి) ఉంతాలి గాని పుంతదారులు లోకం శ్రేయస్సుకొనం బ్రహ్మగా ఉంటూ దీనిని ఉపయోగించాలి

తెలివిక పరీక్ష-జనాబులు : 1. (159) (258) (357) 2. పంకాగము 3. అకు రోజులు 4. దంత వైద్యులము 5. నందనాం 6. ముక్కు యజ్ఞము పాము అధర్వణము అనే చేదాలు వాలుగు

మూలం సుహాను-జనాబులు : 1. సమలముగా గొంతుదిరున్నట్లు పొంగుట (ఎ), అపహరించు (బి); 2. పశ్చిమగుట (ఎ) పుట్టు (బి); తద (సి) ముదురు ఎరుపు (డి); 3. అంచము (ఎ), శక్తికలది (బి), అనురాగము (సి); 4. పక్కు (ఎ), చిన్నది (బి), మెలి (సి) అలము (డి); 5. వధూరప భాగము (ఎ), చిక్కటి తక్కువ భాగము (సి); 6. తెల్లవారు (ఎ), పుట్టు (బి), బాధపడు (సి); 7. అంధుత్వము (ఎ), క్రమము (బి), తుల్యత (సి); 8. దుఃఖము (ఎ), శోకము (బి), కీడు (సి).

“ఆహారపుద్ది వలన భావపుద్ది ఏర్పడుతుంది.”

సమస్యలు ఎన్నైనా ఉండవచ్చు. వృద్ధులు వాటిని చిరునవ్వుతో ఎదుర్కోవాలి. మానసికంగా నిత్యసూతన ఉత్సాహాన్ని శారీరకంగా సవచైతన్యాన్ని ప్రవృద్ధి చేసుకుంటూండాలి. సదాచారము, మితాహారము, మితభోగము, పారిశుధ్యముతో జీవితంలో సంభవించే అన్ని విషయాలు మన మంచికోరకే అనే మనస్తత్వంతో చీకూచింతా లేకుండా సంతోషంగా కాలం గడపటం అలవాటు చేసుకోవాలి. వృద్ధులమవుతున్నామనే మనోవ్యధవల్లే ఎక్కువగా చింత ఏర్పడు తుంది, వాస్తవంగా వృద్ధాప్యం వల్లకాదు. వృద్ధాప్యం విలాసవంతం చేసుకోడం అంత కష్టం కాదు. శక్తికి అనుకూలంగా వ్యావకాలు కలిగించుకుంటూ క్రొత్తక్రొత్త ఆభరణాలను పెంచుకుంటూనే వృద్ధాప్యం అనందంగా గడిచిపోతుంది.

సాంప్రదాయకంగా మన పూర్వీకులు ధర్మశాస్త్రం ప్రకారం మానవ జీవితంలో ఆయా అవస్థలకు తగినట్లుగా బారసాల, అక్షరాభ్యాసం, ఉపనయనం, వివాహం మొదలైన వేడుకలు, సంబరాలు నిర్ణయించారు. ఇదేవిధంగా వృద్ధాప్యంలో కూడా వృద్ధులు అనందంగా జరుపుకోడానికి కొన్నివేడుకలు సంబరాలు ఉన్నాయి. ఇవన్నీ ధర్మశాస్త్రంతో ముడిపడి ఉన్నాయి.

మానవుని జీవిత కాలం 100 సంవత్సరాలు అని నిర్ణయించబడింది. ఈ సూరు సంవత్సరాల వయస్సులోను తరుసగా 60,70,80,90 వయస్సులలో యమధర్మరాజు భటులను పంపి మరణాన్ని జ్ఞాపకం చేయిస్తూంటాడు. ఇదే 'అవమృత్యువు' అంటారు. ఈ అవమృత్యువు ఉగ్రరథ, భీమరథ, విజయరథ అనే పేర్లతో వృద్ధుని భయపెడుతుంటాయి. ఈ అవమృత్యు నివారణకు మన శాస్త్రాలు కొన్ని పాఠిక కర్మలను ఆదేశించారు. ఈ

## ప్రపంచంలో భయంకరమైన భూకంపం



ప్రపంచంలో మిక్కిలి భయోత్పాతకమైన భూకంపం జూలై 1201 లో ఏర్పడింది. ఈ భూకంపంవల్ల నియర్ ఈస్ట్ మరియు ఈస్టర్న్ మెడిటరేనియన్ సరదాలన్నీ కంపించి పోయాయి. 11,00,000 మంది జనం మరణించారు.

( 54 వ పేజీ తరువాయి )

ఈలెస్సులు పెట్టుకున్నవారు చదువుకోడానికి మాత్రం రీడింగ్ గ్రాసులు పెట్టుకోవలసి వస్తుంది. 1970 నుండి యునైటెడ్ స్టేట్స్ లోను, గత 5 సంవత్సరాలనుండి భారతదేశంలోను ఇంట్రాక్యులర్ లెస్సులను ఉపయోగిస్తున్నారు. అనేక మందికి ఇవి చాలా సంతృప్తి కరంగా ఉన్నాయి. కానీ కాటరాక్టుతోపాటు ఐరిటిస్ (Intis), నియంత్రణకు వీలులేని గ్లూకోమా మరియు మధుమేహంవల్ల రెటీనోపతి వంటి కంటిరోగాలు ఉన్నవారు మాత్రం ఇంట్రాక్యులర్ లెస్స్ ను పెట్టుకోడానికి వీలుండదు.

— 'రోటరీ న్యూస్' సౌజన్యంతో

"సులభమార్గంలో సాధించాలనుకోడం ఆత్మవంచన."

పాక్షిక కర్మలే వృద్ధాప్యంలో జరుపుకునే ముచ్చటలు. ధర్మశాస్త్రంలో విధింపబడిన ఈ పాక్షిక కర్మలు వృద్ధులు ఆయుస్సు వృద్ధికి చేసుకోవలసిన శాంతులు. శాసన మహిమని వీటికి ధర్మాలను నిర్ణయించాడు. వీటిని బట్టి శాంతి రక్షాకరము, శాంతి కుసుమాకరము అనే గ్రంథాలు రచింపబడ్డాయి.

60వ సంవత్సరం వయస్సులో షష్టాబ్ది పూర్తి శాంతి, 70వ సంవత్సరం వయస్సులో భీమరథశాంతి, 80వ సంవత్సరం వయస్సులో శతాభిషేకశాంతి చేసుకోడం ధర్మవిధి. సాంప్రదాయకం కూడా. షష్టాబ్దిపూర్తి శాంతి, భీమరథ శాంతి సరిగ్గా 0,70 సంవత్సరంలో జన్మనక్షత్రం రోజున జరుపు కుంటారు. శతాభిషేకము 1000 పాదములు అంటే (వెయ్యిపాద పాదము దినాలు చూచిన తరువాత) నవాన్ర చంద్ర దర్శనం అయిన వెంటనే సుమారు 83వ సంవత్సరంలో జరుపుకుంటారు. శతాభిషేక శాంతిని గురించి, బోధయిన గృహ్య సూత్రాలలో వివరింపబడింది. మానవులకు ఇది చాలా ముఖ్యమైన శాంతి. జరుపుకుని తీరాలి. మన జీవితకాలం 100 సంవత్సరాలు. ప్రతీవ్యక్తి కూడా భగవంతుడు ప్రసాదించిన 100 సంవత్సరాలు జీవించడానికి ఉద్యమాలు సాగించాలి. ఎదుర్కొంటున్న వృద్ధాప్యాన్ని మరచిపోయి గత జన్మలో చేసిన పాపాలు పోగొట్టుకోడానికి, జీవ బ్రహ్మైక్యం పొందడానికి ఈ శాంతులు అవసరం.

ఈ శాంతులకు కలశప్రతిష్ఠ, హోమాలు, దానాలు ఆచరించాలి. శింశుమార, లక్ష్మీ నారాయణ, ధన్వంతరి, మృత్యుంజయ, మార్కండేయ దేవతలకు ఐదుగురుకి ఐదు కలశాలు పెడతారు. కలశ సన్నిధిలో వేద పారాయణం జరిపిస్తారు. కలశస్థాపన తరువాత

విజయరథ శాంతి హోమం, చేస్తారు. హోమాలలో ముఖ్యంగా నవగ్రహహోమం, అష్టదిక్పాలక హోమం, మృత్యుంజయ హోమం చేసిన తరువాత జన్మనక్షత్ర దేవత హోమం జరిపిస్తారు. పునఃపూజానంతరము దానాలు ఇస్తారు. —వాఘాల

## కొండలు, రాతిబండలు పగిలిపోకుండా ఉండడానికి త్రాటివలలు



వర్షత వ్రదేశాలలో పెద్ద పెద్ద కొండలు, రాతి బండలు పగిలి జారినందుకంటాయి. ముఖ్యంగా హిమాలయ వర్షత వ్రదేశాలలో ఈ జారుడువల్ల అనేక ఇబ్బ పాలిపోతుంటాయి. సాలీనానాటి రివే ర్షకు సుమారు రూ.2000 మిలియన్ల ఖర్చు అవుతుంది. దీనిలో పెండ్రలరేడి రివర్సు ఇన్స్ట్రక్టుబులో జరిపిన ప్రయోగాలలో చాలాపెద్ద భూవై రణాలవల్ల రాతితలలపైకి వచ్చి రాతి జారుడులు కలుగుతున్నాయని తెలుసుకున్నారు. దానికి బరితే ధక్కులు అవుతున్న ఎటవారు వ్రదేశాలపై ఏమి పరిష్కారం కనిపించిందో దీనివల్ల ఇప్పుడు తెలుసుకున్న కొండలు, రాతిబండలు పగిలి జారుతున్న వైన ముక్కలు బయటపడతాయి. దీనివల్ల ఎలాంటి వర్ష భూమికి దెబ్బతగలదు. భూస్థలంపై కొండలు, రాతిబండలు జారుడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

—సిద్ధాంత సునందన్, పోజునూరు

“గతించిన దానికి విచారించి తాళంలేదు, జరుగబోయే దాంు ఎలాంటిదో తెలియదు. వర్తమానమే భవిష్యత్తుకి పునాది.”

# తెలుగు కళా కర్మల చరిత్ర

ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి  
మోటారు పందెం

ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి మోటారు  
పందెం ఏప్రిల్ 20, 1887 న పారిస్ లో సీన్  
(Seine) నదీ తీరం మీద నిర్వహించబడింది.

\* \* \*

క్లియోపాత్రా సమాధి  
1890లో కనుగొనబడింది



ఈజిప్టు మహారాణి క్లియోపాత్రా (69-30  
బిసి) సమాధి 1890లో కనుగొనబడింది.

\* \* \*

ఇంగ్లండ్ దేశపు మిక్కిలి చిన్న  
ప్రైమ్ మినిష్టరు

విలియం పిట్ ఇంగ్లండు దేశపు మిక్కిలి

చిన్న ప్రధానమంత్రి. 24వ సంరం  
పయస్సులో పదవిని స్వీకరించాడు. ఇతడు  
1806లో 47 సంవత్సరాల పయస్సులో  
మరణించాడు.

\* \* \*

చంద్రమండలం మీద దిగిన  
మొదటి సోవియెట్ వ్యోమనౌక

లూనా 9, 1966 లో చంద్రమండలంమీద  
దిగిన మొట్టమొదటి సోవియెట్ వ్యోమనౌక.

\* \* \*

మొట్టమొదటి కాన్కర్డ్  
వాయువిమానం

మొట్టమొదటి కాన్కర్డ్ (concorde)  
వాయు విమానం శబ్దాతీతమైన సూపర్ సోనిక్  
వేగాలతో 1969లో ఫ్రాన్స్ మీదుగా ప్రయాణం  
చేసింది.

\* \* \*

విజయవంతమైన మొట్టమొదటి  
అంతర్జాతీయ వైర్ లెస్ మెసేజ్

ఇటలీదేశపు నవ్యసంస్థ కల్పనా చతురుడు,  
సుప్రసిద్ధ భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుడు గుగ్లి ఎలెమో  
మార్కొనీ 1901 లో విజయవంతంగా మొట్ట  
మొదటి అంతర్జాతీయ వైర్ లెస్ మెసేజ్ ను  
ఇంగ్లండు కార్న్ వాల్ నుండి అట్లాంటిక్  
మహాసముద్రం మీదుగా కెనడాలో న్యూఫౌండ్  
లాండ్ కి పంపాడు.

“సత్కర్మలూ, దుష్కర్మలూ వెంటాడే నీడలు.”

# విశ్వాదర్శి

తెలుగు మాన పత్రికకు  
అన్ని స్త్రీలలోనూ, పట్టణాలలోనూ  
సమర్థవంతమైన ఏజంట్లు కావాలి!

ఏజెన్సీ వివరాలకు  
వెంటనే వ్రాయండి.

సర్క్యులేషన్ మేనేజర్

## విశ్వాదర్శి

9, దేశికా రోడ్డు, మైలాపూరు,  
మద్రాసు-600004.

EDITED, PRINTED AND PUBLISHED BY K V. GOVINDA RAO  
AT No 9, DESIKA ROAD, MYLAPORE, MADRAS-600 004 (INDIA)  
PRINTED AT

**Desh Publications (P) Ltd. Madras-14 (Ph : 848084)**





